Zikir Membangkitkan Kekuatan Bashirah

Allah memberikan "Bashirah"
Siapa menggunakannya, sukses untuk dirinya
Siapa buta dengannya, derita untuk dirinya
(QS. Al-An'am: 104)

UST. SAIFUDDIN AMAN

Al-Hasil: Bashirah adalah cahaya Ilahi yang menjadi kekuatan inti manusia. Cahaya ini kemudian menjadi energi yang membangkitkan semua sel-sel tubuh. Bashirah merupakan medium untuk bisa menemukan alam lain yang tidak bisa ditemukan oleh pancaindra dan pikiran. Semua dalam satu bashirah, dan satu dalam semua. Itulah bashirah yang dimiliki oleh para nabi, para wali dan orang-orang besar. Dengan bashirah, manusia mampu mengantarkan dirinya meraih apa yang menjadi tujuannya. Dengan bashirah, manusia mampu mengakses alam semesta. Dengan bashirah, manusia mampu menembus batas, ruang dan waktu.

بسم الله الرحمن الرحيم

Zikir Membangkitkan Kekuatan Bashirah

Allah memberikan "Bashirah"
Siapa menggunakannya, sukses untuk dirinya
Siapa buta dengannya, derita untuk dirinya
(QS. Al-An'am: 104)

UST. SAIFUDDIN AMAN

Judul: **Zikir Membangkitkan Kekuatan Bashirah**

Penulis: Saifuddin Aman

Editor: Tim Ruhama

Setting/Layout: Yapstudio

Desain Sampul: Fieq Faiq

Cetakan Pertama, Mei 2012

ISBN: 978-602-98982-4-8

Penerbit Ruhama
Jl. Taman Asri Blok M No. 14 Cipadu
Larangan Tangerang Banten 15155
email: saifuddinaman@gmail.com
Telp. (021) 7338324

Distributor Tunggal:
Niaga Swadaya
Jl. Gunung Sahari III/7
Jakarta 10810
Telp. (021)4204402-4255354
Fax: (021) 4214821

Pengantar Penerbit

Mengapa Allah mewajibkan kepada kita untuk beriman kepada yang gaib?

Karena kita banyak berhubungan dengan hal-hal yang gaib. Sembilan puluh sembilan persen hidup kita dikelilingi oleh hal-hal yang gaib. Kita hanya bisa melihat apa yang ada di depan mata kita. Kita hanya bisa mengindra sesuatu yang dekat dengan diri kita. Kita tidak tahu apa yang ada di belakang kita. Kita tidak tahu apa yang terjadi hari esok. Kita tidak tahu rezeki kita ada di mana dan kapan datangnya. Kita tidak tahu akhir cerita kehidupan kita, hari esok dan masa depan kita.

Itu sebabnya jatidiri kita dibuat oleh Allah dari energi Ilahiyah yang gaib, supaya kita bisa mengakses semua hal yang gaib, dan bisa "mematrealisasikan" yang gaib.

Jatidiri manusia ialah roh, akal dan jiwa. Fisik atau badan hanyalah kendaraannya. Kepadanya, Allah memberikan "bashirah" yang menjadi kekuatan inti bagi manusia. Bashirah adalah "semua dalam satu, dan satu dalam semua."

Kalau begitu, "Bashirah" adalah kekuatan dahsyat yang dimiliki manusia. Allah berfirman: "Barangsiapa yang memberdayakan bashirah, maka dia menarik kebaikan untuk dirinya; dan barangsiapa yang buta bashirahnya, maka bahaya mengancam dirinya" (QS. Al-An'am: 104). Kualitas hidup dan keberuntungan Anda di masa depan ditentukan oleh kekuatan bashirah. Dengan Bashirah itu Anda akan bisa:

- **Menarik kebaikan dari apa saja dan siapa saja.**
- **Menarik Rezeki dan Meraih Rahmat Alam Semesta.**
- **Membuka Indra Keenam (Metafisika).**
- **Meraih Kecerdasan Spiritual dan Keajaiban.**
- **Menyembuhkan Diri Sendiri dan Orang Lain.**
- **Mengisi Tenaga Dalam dan Transfer Energi.**

Anda akan benar-benar bisa memiliki kemampuan tersebut, manakala Anda membuka dan menghidupkan bashirah dengan teknologi yang diajarkan oleh buku ini. Dengan sekali praktek, Anda sudah bisa mengecek hasilnya. Teruslah berpraktek menerapkan teknologinya. Segala sesuatu akan dimudahkan Allah Untuk Anda.

Daftar Isi

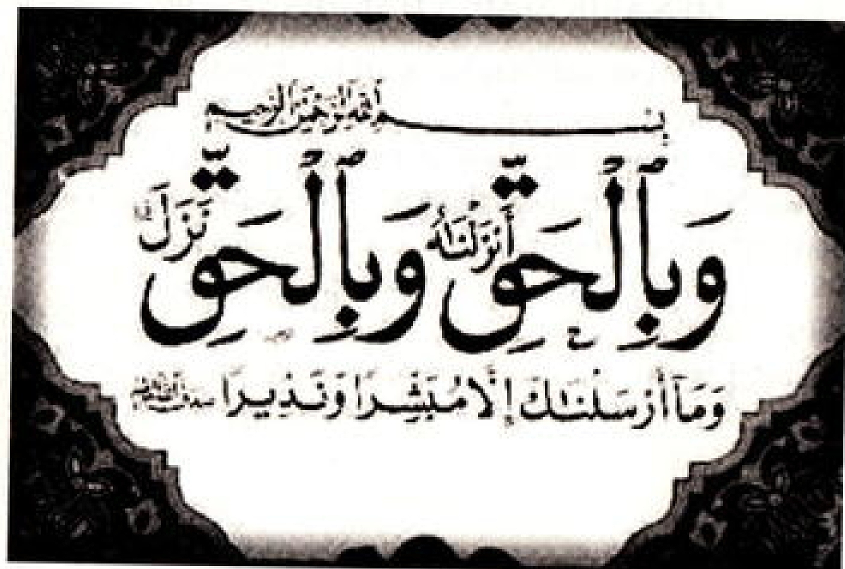
ZIKIR MENEMBUS BATAS RUANG DAN WAKTU ... 62

MANUSIA DAN BASHIRAH ... 85

MEMBUKA BASHIRAH ... 111

TEKNOLOGI BASHIRAH ... 131

DAHSYATNYA BASHIRAH ... 172





Pengantar Penulis

Manusia, menurut Abbas Mahmud Al-Aqqad adalah "miniatur" Tuhan. Maksudnya: manusia diberikan sepercikan dari kekuasaan Tuhan. Seluruh sifat Allah dan makna yang terkandung dalam nama-nama-Nya diturunkan kepada manusia. Semua yang ada pada Allah ***dilicensikan*** kepada manusia, kecuali Zat-Nya, agar manusia mampu menjalankan perintah Tuhan dan bisa memenuhi kehendak Tuhan. Allah berkehendak agar manusia menjadi kaya, maka Allah berikan energi nama **Al-Ghaniyyu.** Allah berkehendak agar manusia menjadi kuat, maka Allah berikan energi nama **Al-Qowiyyu.** Allah bekehendak agar manusia selamat, maka Allah berikan energi nama **As-Salam.** Allah berkehendak agar manusia memberikan kasih sayang, maka Allah berikan energi nama **Ar-Rahim.** Begitulah seterusnya, semua nama Allah (Al-Asmaul Husna) adalah dalil bahwa Allah berkehendak kepada Anda agar Anda mengakses energi nama-nama-Nya. Itu sebabnya, manusia dijadikan wakil Allah (khalifah) di muka bumi.

Namun sangat disayangkan, banyak manusia yang tidak tahu. Atau tahu tetapi mengabaikan kehebatan dirinya. Manusia banyak yang tidak bisa memanfaatkan semua energi yang sudah diberikan oleh Allah kepadanya. Akibatnya hidup menjadi tidak seimbang. Karena tidak seimbang, maka yang terjadi adalah kezaliman. Lihatlah orang-orang di sana!

Sibuk, tapi tidak mendapat apa-apa.
Beriman, tetapi tidak aman.
Beribadah, tetapi tidak berubah.
Mabuk doa, tetapi tangan hampa.
Mendapat, tetapi tidak menemukan.
Diberitahu, tetapi tidak mendengar.
Berilmu, tetapi tidak mengerti.
Melihat, tetapi tidak nampak.
Berjalan, tetapi tidak sampai.
Berharap, tetapi tidak tahu apa yang dikerjakan.
Menghakimi, tetapi tidak memberi keadilan.

Padahal sesungguhnya Allah menciptakan semua yang ada ini untuk manusia. Aslinya, semuanya dimudahkan, kullun muyassar lima khuliqa lahu. Pertanyaannya: Mengapa manusia banyak tidak bisa mengakses ciptaan Allah di alam semesta? Karena manusia tidak tahu kalau dirinya adalah makhluk gaib. Raga atau fisik ini hanyalah kendaraan, tetapi banyak orang yang terjebak hanya mengurusi fisik kendaraan, tidak pernah memikirkan penggunaan kendaraan untuk tujuan yang sesungguhnya. Raga terus dibangga-banggakan dan dihias-hias menjadi sebuah kebanggaan. Tidak tahu, padahal jatidiri manusia adalah roh, jiwa dan akal. Seharusnya roh, jiwa dan akal inilah yang mendapatkan ekstra perhatian. Sebab roh, jiwa dan akal yang bisa meraih seluruh apa yang menjadi

keinginan manusia. Roh, jiwa dan akal bisa masuk ke mana-mana, menembus ruang dan waktu, dan bisa mengkases semua yang gaib.

Mangakses hal-hal yang gaib adalah sebuah cara untuk sukses. Sadarkah Anda kalau hidup ini lebih banyak diliputi oleh hal-hal yang gaib? Yang bisa Anda lihat sekarang ini hanyalah apa yang ada di depan Anda. Anda tidak tahu apa yang ada di belakang Anda, Anda tidak tahu apa yang ada di balik tirai, Anda tidak tahu apa yang dilakukan oleh anak dan istri Anda ketika Anda sedang bekerja. Hari esok gaib, masa depan gaib, rezeki gaib, jodoh gaib, dan semuanya gaib.

Karena banyak yang gaib, maka Allah memberikan "bashirah" kepada setiap insan. Karena banyak yang gaib, maka Allah perintahkan kepada manusia untuk berzikir dan berdoa. Bashirah adalah sebuah mesin. Zikir dan doalah yang akan menggerakkannya.

Bashirah harus dibuka, diselaraskan, disinergikan dengan alam semesta. Dengan begitu kita akan mempunyai kemampuan hidup yang luar biasa, kita bisa melipatgandakan keberhasilan, dan kita bisa menarik rezeki yang dijanjikan Allah di langit. Lebih dari itu kita bisa mempunyai kemampuan spiritual yang tinggi, kemampuan metafisik, kemampuan supranatural, kemampuan indra keenam, kemampuan tenaga dalam, kemampuan menyembuhkan diri sendiri dan orang lain. Dengan membaca dan mengamalkan buku ini, Anda akan menemukan sebuah medium untuk meraih 1001 harapan.

Akhirnya saya ucapkan terima kasih kepada Bapak Yan Nurindra, Bapak Yul Satriya Mukti dan semua Master serta teman-teman di Prana Shakti International

Brotherhood. Terima kasih juga saya sampaikan kepada guru-guru saya yang telah mengajarkan berbagai ilmu pengetahuan esoteris, memberikan IJAZAH dan keluasan ilmunya untuk kemudian didedikasikan kepada umat manusia. Semoga semua itu menjadi amal shaleh kita, yang juga akan menjadi energi dahsyat untuk menarik kebaikan demi kebaikan di dunia dan di akhirat.



JALAN INDAH MENUJU KEBERHASILAN

Keberhasilan hidup yang sesungguhnya ialah ketika kita bisa menemukan hakikat. Dan Jalan paling indah untuk menemukan hakikat ialah mengukuti cara ahli thareqat. Buku ini mengajarkan tekniknya dengan mudah tanpa harus bersusah-susah melakukan ritual seperti yang selama ini kita duga.

Siapapun Anda, Anda pasti ingin dekat kepada Allah. Dengan segala daya, Anda akan melakukan ritual pendekatan diri kepada Allah. Sebab sejak kecil kita sudah diberitahu bahwa tidak ada situasi yang bisa membuat diri kita merasa tenang dan aman kecuali dekat dengan Allah. Saat kita merasa tidak mampu, kita menyeru kepada Allah. Saat kita terjepit oleh keadaan, kita pasrah kepada Allah.

Para nabi dan rasul hanya mewariskan ajaran "Kedekatan" kepada Allah. Semua ajaran, nasihat, pesan dan wejangan hanya diarahkan untuk membuat orang dekat kepada Allah. Dan untuk bisa mencapai kedekatan kepada Allah, maka kita harus:

1. Memperoleh Ilmu Syariat.
   Ilmu ini mengajarkan kita bagaimana menunaikan kewajiban atas diri kita dalam hubungannya dengan penghambaan, ibadah dan penyembahan kepada Allah dan juga dalam hubungannya dengan sesama manusia dan makhluk Allah.
2. Memperoleh pengetahuan tentang jalan Allah atau "Ilmu Thareqat."
   Ilmu ini mengajarkan kepada kita untuk memelihara keadaan mental yang merupakan hasil capaian sifat-sifat malakuti, penyucian jiwa dari berbagai sifat yang tercela serta membersihkannya dari segenap kotoran.
3. Memperoleh pengetahuan tentang kenyataan atau "Ilmu Haqiqat."
   Ilmu ini memberikan panduan untuk mengetahui tentang hakikat dari nama-nama Allah dan segala sesuatu yang ada di balik ciptaan-Nya, atau rahasia di balik yang nampak, rahasia di balik rahasia. Dengan ilmu ini, kita tahu arti hidup, makna hidup, dan kenikmatan hidup yang sesungguhnya.

Ilmu Syariat bisa dikatakan ilmu lahiriah yang berbicara pada tataran kulit semata, tetapi memang wajib hukumnya. Memperoleh Ilmu Syariat saja tidaklah cukup membuat seseorang menjadi bijak dan adil dalam menjalani hidup. Ilmu Syariat hanya untuk menentukan hukum secara lahiriah. Yang tidak tertulis dalam teks atau nash tidak bisa diberikan hukum kecuali dengan qiyas atau ijam' ulama. Karena itu pintu ijtihad selalu terbuka.

Al-Qur'an telah memberikan contoh dengan gamblang tentang adanya hakikat di balik Syariat. Siapa yang tidak yakin kalau Nabi Musa itu menguasai ilmu Syariat? Nabi Musa benar-benar menguasai hukum Allah secara lahiriah, sehingga beliau merasa tidak ada orang yang lebih alim daripadanya. Suatu ketika seseorang bertanya kepadanya: "Musa, siapa orang yang paling pandai di muka bumi ini?" Musa menjawab dengan sangat percaya diri: "Aku." Allah menegur Musa atas jawabannya itu: "Musa jangan menganggap dirimu sebagai orang paling pandai. Karena ada hamba-Ku yang lebih pandai darimu. Ia tinggal di antara dua lautan."

Allah tunjukkan kepadanya bahwa ada ilmu yang lebih tinggi daripada ilmunya. Nabi Musa penasaran siapa yang punya ilmu lebih dalam itu, dan beliau minta dipertemukan dengan orang itu. Allah memerintah kepada Nabi Musa: "Bawalah seekor ikan, di mana ikan itu meluncur ke laut, di situlah engkau dapat menemuinya." Dia itu adalah orang

biasa, Khidir namanya, yang menurut keterangan masih hidup sampai sekarang. Kisah selanjutnya bisa Anda baca dalam Surah Al-Kahfi ayat 60 - 82. Intinya adalah bahwa Nabi Musa harus belajar ilmu hakikat, yaitu rahasia yang tersembunyi di balik syariat. Hikmahnya adalah bahwa kita tidak boleh menyalahkan seseorang hanya karena lahirnya kita anggap tidak benar.

Nabi Musa ternyata tidak tahu banyak tentang sebuah kejadian atau hakikat. Nabi Musa tidak tahu hal-hal yang ada di balik pengetahuan yang dia dapat. Padahal seperti sudah saya katakan, bahwa hidup ini lebih banyak yang gaib (tidak tertulis/tidak nyata) daripada yang nyata. Orang yang berilmu Syariah semata, tentu tidak akan bisa menerima atau tidak akan menganggap benar apa yang ditempuh oleh ahli Sufi. Karena teks atau nash Al-Qur'an dan hadis tidak ada yang menyebutkan kata "Tasawwuf."

Cara-cara yang ditempuh oleh ahli tasawwuf juga tidak disebutkan dalam nash secara jelas. Ahli Syariah, mereka hanya melihat dari luar, belum pernah masuk sama sekali. Mereka hanya menafsirkan apa yang dilihat oleh matanya dan dipersepsikan oleh pikirannya. Karena itu, tidak jarang mereka menganggap apa yang dilakukan oleh ahli tharekat atau ahli tasawwuf tidak berdasar, sehingga menghukumkan sebagai perbuatan yang bid'ah. Padahal sumber ilmu tasawwuf adalah Rasulullah Saw yang diajarkan oleh Allah melalui wahyu dan ilham. Malaikat Jibril pertama kali turun membawa Syariat. Setelah ilmu Syariat itu mantap, Malaikat Jibril turun atau datang lagi yang kedua kali membawa ilmu hakikat, yang kemudian disampaikan oleh Rasulullah Saw kepada sahabat-sahabat beliau tertentu saja, tidak kepada selainnya. Menurut

riwayat, orang pertama yang menampakkan tasawwuf adalah Ali Bin Abi Thalib. Kemudian Syeikh Hasan Al-Basri mengambil dari Ali dan mengembangkannya.

Haqiqat Adalah Jalan Untuk Sampai Pada Tujuan

Hanya orang-orang yang menempuh tiga jalan tersebut, merekalah yang sesungguhnya akan mendekati kesempurnaan, walaupun tidak ada manusia yang sempurna. Merekalah sesungguhnya orang-orang yang punya ilmu pengetahuan paling dalam. Pengetahuan mereka tidak hanya sebatas informasi yang didengar oleh telinga, dilihat oleh mata, atau diindra oleh lima panca indra, tetapi mereka sanggup melihat dan menemukan banyak hal tanpa menggunakan pancaindra. Jalan mereka adalah jalan yang paling indah untuk kita ikuti. Jalan itu tidak sulit dan juga tidak berat.

Ian G. Barbour, penulis buku "Juru Bicara Tuhan Antara Sains dan Agama" mengatakan: "Bagi saintis yang beriman pada kekuatan nalar (teks, pen), ceritanya akan berakhir secara menyedihkan. Ia telah mendaki gunung kebodohan dan hampir menaklukkan puncak tertinggi. Namun, begitu melewati batu kerikil, ia melihat lambaian tangan dari kaum teolog (sufi) yang telah duduk di sana selama berabad-abad."

Syekh Jalaluddin Al-Dawwani mengatakan dalam karyanya ***Syarh Ar-Rubaiyyat***:

> "Ilmu-ilmu formal tidak membimbing kita pada hakikat. Akan tetapi, yang menuntun kita

kepada hakikat - selain rahmat Allah - adalah persahabatan atau pergaulan akrab dengan orang-orang yang menempuh jalan serta pengabdian pada orang-orang yang mengalami peristiwa mistik karena cinta kepada Allah." Mereka adalah ahli tasawwuf.

Seorang Sufi besar Al-Hallaj mengatakan:

"Barangsiapa mencari Allah dan logika sebagai pemandunya, Allah akan mengusir dan menghalaunya, dan membiarkannya berada dalam kebingungan serta tak bisa diam. Dengan kebingungan itu, Allah mengacaukan dan mengombang-ambingkan relung kalbunya, sehingga karena sangat kebingungan, ia pun berseru, aku tidak tahu kalau itu Engkau."

Imam Al-Ghozali dalam kitab Al-Munqid Min Al-Dhalal mengatakan:

"Banyak sekali rahasia dan misteri telah diungkapkan kepadaku dalam pengasingan dan penyendirianku bersama Allah yang tidak bisa dituturkan di sini. Saya hanya akan menuturkan rahasia dan misteri yang - menurut saya - bermanfaat bagi sidang pembaca risalah ini. Dengan sebuah keyakinan yang tulus, saya percaya dan yakin bahwa tokoh-tokoh Sufi terkemuka adalalah para penempuh jalan sejati dan hakiki di jalan Allah. Segenap kecenderungan, perilaku dan kebiasaan mereka melebihi apa yang ada pada orang lain. Hanya jalan mereka sajalah yang lurus dan lempang. Kecenderungan alami dan akhlak mereka sajalah yang terbaik.."

Orang-orang yang menempuh jalan tasawwuf, tidak dipungkiri, mereka memiliki kelebihan yang yang mengagumkan. Umat dan ulama ***salaf*** maupun ***khalaf*** mendudukkan mereka sebagai para "Wali Allah" yang dari sisinya muncul karamah atau hal-hal menakjubkan. Mereka dihormati manusia dan dimuliakan Allah.

Mengapa mereka bisa sampai pada maqam yang paling tinggi, sebagai Wali Allah? Kita rasa sekarang ini tidak ada orang yang lebih mulia selain Wali Allah. Banyak ulama dan ustadz yang hebat, tetapi belum bisa sampai di sana. Banyak orang pintar agama dan bahkan hafal Al-Qur'an, hadis shahih dan hadis dhaif, tetapi belum sampai di sana. Apalagi kita yang cuma tahu sedikit dan beramal tidak banyak, mana bisa. Padahal shalatnya sama, kajinya sama dan ilmunya juga sama. Yang membedakan kita dengan mereka adalah karena mereka istiqomah menempuh jalan yang tidak ditempuh oleh ulama atau ilmuwan saat ini.

Mereka punya thareqat yang diciptakan sendiri. Mereka punya teknik yang ditekuni dan diamalkan secara terus-menerus. Sekilas apa yang mereka lakukan tidak pernah disebutkan dalam hadis Rasulullah, apalagi disebutkan dalam Al-Qur'an. Itu sebabnya kalangan "Wahabi" atau kaum salaf menyebutnya "Bid'ah." Padahal kalau ditelusuri, teknik yang mereka buat merupakan cara untuk bisa sampai kepada yang dituju, dan sama sekali tidak bertentangan dengan agama, dan bahkan merupakan sebuah cara untuk mengamalkan agama. Ibarat seorang ingin mendirikan shalat, dia membuat cara-cara tertentu sebelum shalat, agar shalatnya nanti benar-benar bisa khusyuk dan terasa indah. Cara bukanlah tujuan, semisal mau ke masjid naik mobil. Apakah naik mobil disebut bid'ah? Mereka tidak mengubah ibadah, tidak menambahi ibadah, juga

tidak melakukan kesyirikan. Mereka menciptakan sebuah metode berzikir yang benar-benar sangat efektif sehingga membuat orang benar-benar meleburkan diri dan menyatu hingga pada tingkat ekstase. Bukankah Rasulullah Saw bersabda: "Berzikirlah sampai orang mengatakan bahwa Anda telah gila."

Kalau kita pelajari apa yang dilakukan oleh beberapa thareqat, mislanya: Thareqat Qadiriyah, Naqsabandiyah, dan Chisthiyah, kita mendapatkan cara zikir yang benar-benar bisa membawa orang pada relaksasi yang sangat tinggi hingga masuk ke dalam alam bawah sadar. Pada saat seseorang masuk ke dalam alam bawah sadar, di situlah kontak batin dengan Allah dan alam semesta terbuka, sehingga seseorang bisa sampai kepada dunia mistik. Imam Fakhruddin Ar-Razi bertanya kepada Syekh Najmuddin Al-Kubra: "Bagaimana Anda bisa sampai pada ma'rifatullah (mengenal Allah)?" Ia menjawab: "Melalui pengalaman mistis dengan zikir yang tidak bisa diingkari oleh kalbu."

Ingatlah bahwa manusia, seperti kata Prof. Dr. Ahmad Syauqi Ibrahim, adalah roh, jiwa dan akal. Fisik ini adalah raga yang hanya menjadi wadah atau kendaraan. Karena itu, maka rohlah yang bisa sampai kepada Allah ketika beribadah. Jiwalah yang bisa menikmati kedamaian sesudah ibadah. Pikiranlah yang bisa memvisualisasikan penyatuan kepada Allah dan menyelaraskan dengan alam semesta. Roh, jiwa dan akal harus dikondisikan sedemikian rupa sehingga bisa memberdayakan bashirah pada kesedaran yang paling tinggi. Rasulullah Saw menyatakan bashirah semacam inilah yang menjadi jalan menuju Allah. Allah perintahkan kepada Nabi Muhammad untuk mengatakan:

هَٰذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَىٰ بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي

Inilah jalanku dan orang-orang yang mengikuti aku, yaitu mengajak kembali kepada Allah atas dasar bashirah (QS. Yusuf: 108)

Mengikuti Cara Zikir Ahli Thareqat

Secara umum, thareqah-thareqah yang ada di dunia dan diakui kebenarannya, semuanya mendasarkan metodologi zikirnya dengan:

1. Relaksasi.
   Relaksasi yaitu menciptakan ketenangan diri dengan mengendorkan seluruh otot dan saraf tubuh secara sempurna sambil memejamkan mata dengan ringan.

   Relaksasi sangat diperlukan dalam menghadapi hidup yang penuh ketegangan. Sebelum ibadah, seseorang perlu melakukan relaksasi, supaya dia bisa masuk pada kesadaran tinggi. Ibadah itu sendiri mempunyai fungsi lebih tinggi dari relakasi. Bagaimana Anda bisa mencapai khusyuk kalau Anda dalam keadaan tegang. Bagaimana Anda bisa memasuki sebuah situasi untuk bisa berdialog dengan Allah, kalau Anda tergopoh-gopoh. Maka jika ibadah seseorang tidak membawa ketenangan dan tidak melahirkan kegembiraan, berarti ibadahnya belum dilakukan secara benar, belum sampai pada tingkat khusyuk. Inilah yang disampaikan Rasulullah kepada Bilal ketika waktu shalat tiba: "Gembirakan aku hai Bilal!" Dengan shalat badan menjadi sangat rileks, hilang lelah dan pikiran tenang.

2. Pernafasan.

Yaitu pengaturan ritme nafas masuk dan nafas keluar dengan teknik-teknik tertentu. Ialah dengan menarik nafas panjang dan menahannya beberapa saat di perut, atau di dada, dan atau di diafragma, kemudian dihembuskan. Dalam pernafasan ini lidah ditekan ke langit-langit.

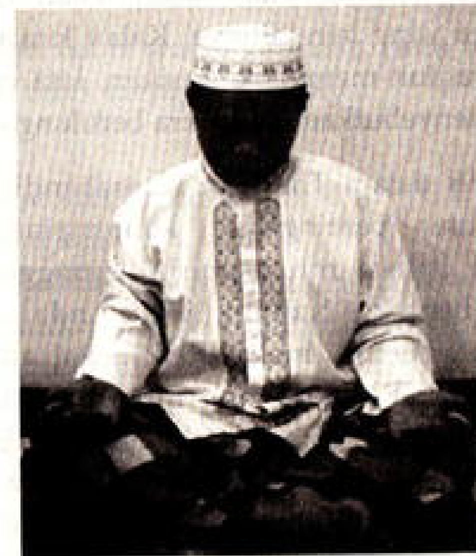
Pernafasan bisa menjadi media yang sangat indah untuk memaknai hidup, menemukan makna dan menarik kebaikan. Anda tinggal memasang niat, Anda bisa menarik kebaikan tanpa mengeluarkan biaya.

- Tarikan nafas. Niatkan membersihkan diri atau memasukkan energi positif! Hembusan nafas. Niatkan membuang kotoran atau membuang energi negatif.
- Tarikan nafas. Niatkan menarik kebaikan yang sedang Anda pikirkan! Hembusan nafas. Niatkan untuk membuang keburukan yang sedang Anda alami!.
- Tarikan nafas. Tujukan untuk memantapkan zikir di dalam hati! Hembusan nafas. Maksudkan untuk meminta apa yang dikandung dalam zikir!

Menurut ahli thareqat, pernafasan semacam ini tidak saja membuat fisik menjadi lebih kuat dan prima, tetapi sekaligus membersihkan diri dari penyakit hati dan kemunafikan. Pernafasan semacam ini menjadi sebuah cara untuk membersihkan diri dari berbagai kotoran rohani, racun sisa-sisa metabolisme, energi negatif, radikal bebas dan penyakit. Pernafasan juga menjadi cara untuk memperbaiki saraf-saraf yang terganggu, menyerap energi alam semesta dan menguatkannya di dalam diri.

3. **Munajat atau Kontemplasi.**

Yaitu mengarahkan pikiran pada sebuah fokus sambil duduk sila atau duduk seperti shalat dengan tangan di atas paha dan jari-jari terbuka.



Pada saat munajat, pikiran dan perasaan dibawa melebur, menyerap dan menyatu dengan Asmaul Husna (nama-nama Allah Yang Indah). Sedapat mungkin duduknya menghadap ke arah kiblat atau Ka'bah yang menjadi pusat energi alam semesta.

4. Visualisasi.

Yaitu berimajinasi menciptakan gambaran apa yang sedang diinganIkan. Pikiran membuat khayal seakan berhadapan dengan Tuhan, seperti yang disabdakan Rasulullah, "Ihsan yaitu Anda beribadah kepada Allah seakan Anda melihat-Nya; jika Anda tidak bisa bervisualisai, maka Anda harus yakin bahwa Allah melihat Anda."

Pikiran harus bisa mengkhayalkan dengan jelas bentuk apa yang ingin dicapai. Kalau ingin mencapai kesehatan, maka pikiran harus mengimajinasikan bahwa dirinya sehat secara sempurna, pikiran harus mengimajinasikan bahwa penyakitnya telah dirontokkan dari dirnya. Begitu juga yang lain-lainnya. Kalau kita mempunyai kesulitan untuk memvisualisasikan, kita cukup yakin saja dan menyebutkannya secara berulang-ulang.

Kaum Sufi dalam Thareqat Naqsabandiyyah sangat menitikberatkan pentingnya kontemplasi. Mereka berpandangan bahwa roh manusia sesungguhnya tidak mempunyai bentuk. Namun jika Anda mengisinya dengan sebuah bentuk, maka tidak bakal ada lagi bagi bentuk lainnya. Bila seseorang ingin meraih apa yang dikehendaki, maka untuk sampai pada yang dikehendaki, orang itu harus memusatkan pikirannya pada realitas itu tanpa terpengaruh oleh aspek-aspek yang lain. Dia harus mempersepsikan, berimajinasi dan memvisualisasikan apa yang diinganKan.

Syah Kalimullah Jahanabadi mengatakan:

"Dalam beberapa thareqat, menahan nafas dipandang sebagai prinsip paling manjur untuk menghilangkan kemunafikan atau kekotoran dalam jiwa. Para Syeikh dalam Thareqat Chisythiyyah, Kubrawiyyah, Syathariyyah, dan Qadiriyyah menjadikannya sebagai syarat untuk menghilangkan kemunafikan dalam hati serta cara untuk mengantarkan diri pada yang dituju."

Ada dua hal yang harus dicamkan dalam pernafasan:

Pertama:

Menahan nafas (habsun nafs), yaitu menarik nafas lalu menahannya dengan menggelembungkan perut.

Kedua:

Menghentikan nafas (hashrun nafs), yaitu menarik nafas dan berhenti tidak mengeluarkannya.

Menahan nafas ada 2 macam:

1. Mengosongkan.
   Disebut ***Takhalliyyah***, yaitu menarik nafas lambung dan menarik pusar menuju punggung, dan menahan nafas dalam dada.

2. Mengisi.
   Disebut ***Tamli'ah***, yaitu menarik nafas dan menahannya sambil menggelembungkan perut. Pusar menjauh dari punggung. Dengan menghembuskannya sampai perut menjadi kosong, suhu panas meningkat, sehingga pencernaan berfungsi dengan baik. Panas yang dihasilkan dari kedua pernafasan, habsun nafs (menahan nafas) jauh lebih besar daripada menghentikan nafas (hashrun nafs).

Teknologi Thareqat Qadiiriyah.

Thareqat ini menerapkan teknik-teknik relaksasi, kontemplasi, pernafasan dan visualisai. Dalam mengatur pernafasan saat menzikirkan kalimat **"Laa ilaaha illallah"**, Thareqat Qadiriyyah menerapkan cara sebagai berikut:

- Membuang nafas terlebih dahulu atau menghembuskan nafas dengan menzikirkan kalimat: *"Laa ilaaha."*
- Menarik nafas dan menahannya di dada sambil mengucapkan: *"Illallah."*
- Setiap kali seorang murid menghembuskan nafas, maka dia menzikirkan "Laa ilaaha", dan setiap kali menarik nafas dia mengucapkan "Illallah" dan menahannya di dalam dada.

Teknologi Thareqat Naqsyabandiyyah.

Cara-cara tersebut juga diterapkan oleh Thareqat Naqsyabandiyah. Thareqat ini menambahkan teknik, yaitu setelah menarik nafas dengan kalimat *"Illallah"* dan menahannya di pusar, maka selanjutnya kalimat *"Illallah"* ditarik ke hati dan diteruskan ke otak. Saat menarik dan menghembuskan nafas, lidah selalu ditekankan ke langit-langit.

Teknologi Thareqat Chisytiyyah.

Cara-cara yang ditempuh thareqat ini sama dengan cara yang diterapkan oleh thareqat Qadiriyyah. Tetapi dalam thareqat ini ada tambahan teknik posisi duduk.

Sang murid mesti duduk dengan lutut terlipat, atau duduk bersila dan menghadap kiblat. Telapak kedua kaki dipertemukan, jari-jari kaki kanan menempel dengan jari-jari kaki kiri. Ia harus duduk dengan tegak dan meletakkan tangannya di atas lutut.

Posisi duduk semacam ini bisa membuat hati merasa hangat, mampu menghilangkan bisikan-bisakan jahat dan bisa melarutkan lemak di sekitar hati yang menjadi ***khannas,*** yang membisikkan was-was.



Teknologi zikir yang digunakan oleh ahli thareqat adalah sebuah ilmu yang dirancang berdasarkan kajian, ilham atau inspirasi dan sudah terbukti keajaibannya. Untuk diketahui bahwa sifat ilmu adalah netral, aslinya tidak ada hubungan dengan agama. Namun karena yang menggunakan adalah orang yang beragama, maka ilmu itu masuk ke dalam lingkungan agama untuk meraih tujuan agama, tetapi bukan berarti ajaran agama. Sebab ajaran agama mutlak dari Allah.

Kalau kita telisik, sebenarnya teknik zikir semacam itu sesungguhnya adalah cara menyimbolkan bahasa

universal, yakni simbolisasi dari bahasa "Mengagungkan Tuhan." Agama apapun dan kepercayaan apapun akan menyimbolkan keagungan Tuhan dengan kodenya masing-masing, bahasa masing-masing, dan gerakan masing-masing. Kalau orang Islam, "Mengagungkan Tuhan" dengan simbol mengangkat tangan dan "Allahu Akbar" sebagai zikirnya. Orang Hindu atau Budha mengagungkan tuhannya dengan simbol tangan di dada dan dibarengi dengan mantra.

Yang jelas, kita tidak ingin mempertentangkan apakah yang dilakukan oleh ahli thareqat itu berasal dari agama Hindu atau ajaran agama lain. Kita ikuti saja apa yang dikatakan Imam Al-Ghozali, bahwa mereka adalah manusia terbaik sesudah para tabiin. Merekalah yang menempuh teknik ini untuk sampai kepada tujuan. Ingatlah selalu bahwa cara bukanlah tujuan, tetapi cara itu sangat menentukan sebuah keberhasilan. Teknik-teknik mereka benar-benar terbukti, dan keberadaan mereka dikenang sepanjang masa dan diakui sebagai Wali Allah. Siapa yang tidak mengakui kemuliaan Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani Pendiri Thareqat Qadiriyyah, Syeikh Ahmad Rifai (Pendiri Thareqat Rifaiyah), Syeikh Ahmad Badawi (Pendiri Thareqat Badawiyah) dan Syeikh Ibrahim Dasuqi (Pendiri Thareqat Dasuqiyah). Dari 4 thareqat inilah berkembang banyak thareqat, termasuk Thareqat Naqsabandiyyah, Chisythiyah, dll.

Semua yang saya sebutkan di atas, menunjukkan kepada Anda bahwa apa yang akan saya ungkapkan dan akan saya persembahkan kepada Anda sesungguhnya adalah merupakan cara-cara yang selama ini sudah dijalankan oleh para Wali Allah. Yaitu jalan yang secara

musalsal (runut) sampai kepada Rasulullah, dimana seluruh aktivitas diberdayakan oleh "Bashirah." Hanya dengan Bashirah, keberhasilan bisa dilipatgandakan. Allah berfirman:

قُلْ هَٰذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَىٰ بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي
وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ

Katakanlah: "Inilah jalanku! Aku dan orang-orang yang mengikutiku mengajak kepada Allah dengan memberdayakan bashirah. Maha Suci Allah, dan aku tiada termasuk orang-orang yang musyrik" (QS. Yusuf/12: 108)

Demikian itulah pernafasan, meditasi, visualisasi dan zikir yang dilakukan oleh Wali-wali Allah sebagai sebuah metode untuk memberdayakan bashirah. Uraian di atas saya maksudkan untuk meyakinkan kepada Anda tantang apa yang akan saya sampaikan kepada Anda. Kepada Anda, saya akan uraikan teknik yang lebih praktis dan mudah sekali untuk diamalkan.



Energi Alam Semesta

Dan Dia telah menundukkan untukmu apa yang di langit dan apa yang di bumi semuanya, (sebagai rahmat) daripada-Nya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang berfikir (QS. Al-Jasiyah/45: 13)

Energi Alam Semesta Menurut Al-Qur'an

Ayat pertama dalam Al-Qur'an adalah "Bismillahir rahmanir rahim", kemudian ayat pujian yang berbunyi: ***"Alhamdu lillahi rabbil 'alamin"***, segala puji bagi Allah pemilik dan pemelihara semesta alam. ***'Alamin*** adalah bentuk jamak (plural) dari kata **alam**. Kata ***'Alamin*** berarti alam yang banyak, tetapi dalam Al-Qur'an terjemahan Departemen Agama Republik Indonesia kata "Alamin" diterjemahkan "semesta alam."

Para ahli tafsir sepakat bahwa yang dimaksud adalah selain Allah. Artinya seluruh yang ada, baik yang terlihat maupun yang tidak terlihat adalah milik Allah, Dialah yang memelihara dan mendidiknya. Semua yang wujud, yang terdiri dari berbagai macam dan jenis, masing-masing adalah alam, demikian menurut penafsiran Basyar bin Mu'adz Al-Aqadi dari riwayat sahabat Qatadah. Maka ketika kita berbicara tentang "semesta alam" berarti yang dimaksud adalah alam besar atau makrokosmos, yang di dalamnya ada banyak alam kecil atau mikrokosmos. Misal alam mikrokosmos adalah: alam manusia, alam tumbuhan, alam malaikat, alam jin dan setan, alam planet, alam bebatuan, alam udara, dan sebagainya.

Setiap satuan alam mikrokosmos memiliki sub alam yang banyak sekali. Alam manusia, misalnya, di sana ada banyak sub alam; ada alam fisik, ada alam akal, alam roh, alam jiwa. Setiap manusia punya karakter dan kemampuan yang berbeda. Setiap manusia juga memiliki energi yang berlain-lain.

Ada manusia yang punya spiritual tinggi, maka dia punya energi yang besar. Ada manusia yang mendapatkan

wahyu, pengajaran dan mukjizat dari Tuhan, maka dia punya kekuatan energi yang dahsyat. Ada manusia yang bersungguh-sungguh menempa diri, dengan melakukan mujahadah dan bersinergi dengan kekuatan alam semesta, maka dia bisa menciptakan sebuah ilmu tenaga dalam, menciptakan ilmu pemberdayaan energi dan sebagainya. Ada manusia yang hidupnya untuk berbagi kasih kepada sesama dan menyintai Allah, maka Allah berikan karamah, dan dia mempunyai energi yang luar baisa. Itu sebabnya, ada energi tradisi manusia yang banyak sekali. Disebut energi tradisi, karena energi itu terbentuk melalui perjalanan dan pengalaman pribadi, dan sudah melembaga. Contohnya:

- Enegi tradisi para Nabi dan Rasul.
- Energi tradisi para Wali.
- Energi tradisi orang-orang yang disucikan atau diagungkan.

Ajaran atau amalan hakikatnya adalah sebuah proses transformasi kepada orang lain yang melahirkan energi dahsyat. Energi dahsyat itu telah mereka turunkan kepada murid secara turun-temurun, dengan silsilah atau rawi yang tidak terputus, itulah yang dikategorikan esoterik. Jadi, ***Esoterik*** adalah sebuah lembaga ajaran spiritual yang khusus dan abadi, yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pesan atau pelatihan dari guru kepada anak didik. Ia telah menjadi sumber mata air untuk seni dan ilmu dari peradaban yang tak terhitung jumlahnya. Ia merupakan sebuah landasan yang lazim ditemukan pada semua agama di dunia. Dalam tradisi Islam (kalangan Pesntren), sistem esoterik ini diperoleh seorang murid dari gurunya, dan gurunya dari gurunya, begitu seterusnya sampai kepada pencipta. Legalitas yang didapat oleh murid

tersebut dinamakan IJAZAH. Dalam tradisi threqat atau tasawwuf, sitem esoterik disebut "baiat."

Pesan saya, jika Anda ingin mendapatkan sebuah "ilmu tradisi esoterik", Anda perlu mengetahui guru atau masternya, apakah dia punya silsilah keilmuan atau tidak. Kalau ada, itu akan lebih bagus. Sebab, boleh jadi guru atau master tersebut cukup dikenal karena dekat dengan media, tetapi tidak mempunyai riwayat yang mutawatir sampai kepada penciptanya.

Alam secara keseluruhan adalah juga energi yang hidup dan berkembang. Seperti kata Syeikh Al-Ahsai, semua alam hakikatnya hidup, punya roh, jiwa dan akal. Allah memberikan energi kepada setiap roh, jiwa dan akal. Allah ciptakan setiap satuan alam memiliki energi dan mempunyai karakter yang berbeda-beda serta berjalan sesuai dengan takdirnya. Ada yang nampak, dan inilah yang kita sebut Alam Syahadah (alam nyata); ada yang tidak nampak, dan inilah yang kita sebut Alam Gaib (alam tersembunyi).

Sumber energi adalah Allah. Allah telah memberikan energi kepada segala sesuatu yang wujud. Energi Allah disebut ***"Lathifah Rabbaniyah"***. Dia tidak nampak tetapi terbukti kekuatannya sangat dashsyat. Kalau Anda tahu bahwa atom itu kecil, dan ada lagi pecahannya atau partikel-partikelnya, maka tidak demikian "lathifah." Kalau dunia kini sedang takut akan bahaya atom/nuklir, itu karena benda kecil itu jika disinergikan akan melahirkan kekuatan yang sangat dahsyat dan bisa menghancurkan dunia. Maka sesungguhnya "lathifah" yang bermakna sesuatu yang sangat lembut dan tidak terukur kelembutannya itu jauh lebih dahsyat.

Lathifah Rabbaniyah adalah cahaya. Dan cahaya - seperti kita ketahui - adalah satu-satunya "materi" yang paling cepat pergerakannya. Perjalanan cahaya tidak memerlukan medium. Cahaya bisa menembus ruang dan waktu dan tidak terbatas.

Lathifah Allah diberikan kepada manusia, malaikat, para nabi dan rasul, batu, gunung, bumi dan semua ciptaan Allah yang ada di alam semesta. Tidak ada makhluk di alam ini kecuali diberikan cahaya. Perhatikan firman Allah:

اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Allah Pemberi cahaya langit dan bumi. Perumpamaan cahaya Allah, adalah seperti sebuah lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca, dan kaca itu seakan-akan bintang yang bercahaya seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon zaitun yang diberkahi, yang tumbuh tidak di sebelah timur dan tidak pula di sebelah barat, yang minyaknya saja hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing

cahaya-Nya masuk kepada siapa yang dikehendaki. Allah membuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia, dan Allah Maha mengetahui segala sesuatu (QS. An-Nur/24: 35)

Alam semesta yang mendapat cahaya Allah atau **lathifah Rabbaniyyah** akan bertasbih, berzikir kepada Allah, bekerja dan bergerak sesuai dengan ketetapan-Nya (kodratnya). Allah berfirman:

تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَٰكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا

Langit yang tujuh, bumi dan semua yang ada di dalamnya bertasbih kepada Allah. Dan tak ada suatupun melainkan bertasbih dengan memuji-Nya, tetapi kamu sekalian tidak mengerti tasbih mereka. Sesungguhnya Dia adalah Maha Penyantun lagi Maha Pengampun (QS. Al-Isra'/17: 44)

يُسَبِّحُ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ الْمَلِكِ الْقُدُّوسِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ

Senantiasa bertasbih kepada Allah apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. Raja, yang Maha Suci, yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana (QS. Al-Jumu'ah/62: 1)

Apapun yang ada di alam semesta ini, semuanya bertasbih, berzikir dan bertahmid kepada Allah sambil terus bergerak atau bekerja sesuai dengan kodratnya. Anda harus tahu bahwa setiap yang bergerak, pasti mengeluarkan energi. Karena alam semesta ini bergerak sambil terus bertasbih, maka energi yang dikeluarkan sungguh sangat besar. Tidak heran, jika Anda mendapati suatu benda mempunyai khasiat khusus atau memiliki keistimewaan, misalnya pohon korma, tumbuhan herbal, hajar aswad, batu-batuan, dan sebagainya. Tidak dapat disangkal juga kalau ada tempat-tempat tertentu yang mempunyai daya tarik atau daya kekuatan yang luar biasa. Misalnya Makkah dan bangunan Ka'bahnya, Gunung (di Saudi ada Gunung Yang Mengandung Magnet) dan sebagainya, adalah contoh bahwa alam mempunyai kekuatan magic atau energi yang sangat besar.

Bumi, planet yang menjadi kediaman manusia ini terus bekerja (berputar) dan bertasbih. Bumi yang terus bertasbih memproduksi berbagai material dan memancarkan berbagai energi, misalnya bemacam-macam tambang, beraneka tumbuhan, gas, oksigen, dan lain-lainnya. Dengan demikian, maka tidak diragukan bahwa setiap satuan alam mikrokosmos mempunyai energi. Segala sesuatu yang mempunyai energi dan penuh dengan kebaikan itu disebut oleh Al-Qur'an sebagai sesuatu yang diberkahi.

Orang yang mempunyai energi hebat, dialah yang diberkahi. Misalnya adalah Nabi Isa alahis salam. Beliau mempunyai kekuatan atau energi dahsyat (mukjizat) untuk bisa menghidupkan orang yang sudah meninggal dunia, menyembuhkan penyakit berat dan sebagainya. Maka beliau menyatakan:

وَجَعَلَنِي مُبَارَكًا أَيْنَ مَا كُنتُ وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا

Dan Dia menjadikan aku seorang yang diberkati di mana saja aku berada, dan Dia memerintahkan kepadaku (mendirikan) shalat dan (menunaikan) zakat selama aku hidup (QS. Maryam/19: 31)

Tempat-tempat yang mendatangkan banyak kebaikan, ialah tempat-tempat yang penuh dengan energi postif, membuat umat manusia hidup makmur dan sejahtera. Tempat itu adalah tempat yang diberkahi. Maka tempat semacam inilah yang diminta oleh Nabi Nuh alaihis salam. Beliau berdoa:

رَّبِّ أَنزِلْنِي مُنزَلًا مُّبَارَكًا وَأَنتَ خَيْرُ الْمُنزِلِينَ

Ya Tuhanku, tempatkanlah aku pada tempat yang diberkati, dan Engkau adalah sebaik-baik Yang memberi tempat (QS Al-Mukminun: 29)

Energi Semesta Dalam Sains Modern

Secara tidak sadar, sesungguhnya kita sudah memanfaatkan energi alam semesta itu dan kita juga sudah menikmatinya. Tetapi karena kita belum melihat dengan mata, maka kita cenderung tidak percaya. Bahkan ada sebagian orang yang mengatakan bahwa energi semesta alam adalah omong kosong. Mereka mengira bahwa energi semesta alam tidak lebih sebagai khayalan atau tipu daya setan. Lalu mereka menghukumkan orang yang memanfaatkan energi semesta alam telah melakukan perbuatan syirik kepada Allah.

Kalau sudah muncul praduga seperti tersebut, sulit rasanya untuk menjelaskan argumen kepadanya. Orang yang ragu tidak akan mendapatkan manfaat apa-apa walaupun dia mau menjalankan. Karena kunci utama untuk mendapatkan manfaat adalah keyakinan. Seorang pasien yang berobat kepada dokter yang dilengkapi peralatan modern, tidaklah dijamin sembuh penyakakitnya, kalau pasien itu tidak yakin kepada dokter tersebut. Keyakinan yang sesungguhnya tidak memerlukan dalil maupun bukti. Keyakinan muncul begitu saja dari alam bawah sadar.

Keyakinan memang mulanya muncul dari alam bawah sadar. Kemudian keyakinan itu bisa berubah menjadi kebimbangan setelah pancaindra memberikan inforamasi kepada pikiran. Karena yang membuat bimbang adalah pikiran, maka pikiran juga harus mendapatkan informasi yang benar, yaitu dengan melakukan kajian, penelitian dan membaca karya-karya ilmiah. Dalam hal adanya energi semesta alam, mari kita dengar dan kita fahami apa yang ditulis oleh fisikawan berikut di bawah ini! Maaf saya terpaksa mengutip tulisan "orang lain" karena masih banyak orang yang tidak percaya kepada "saudaranya sendiri." Padahal kita tahu penemuan-penemuan barat, tidak lebih hanya meneruskan apa yang sudah ditemukan oleh kaum muslimin.

Max Planck penemu teori kuantum, mengatakan:

"Alam semesta memancarkan radiasi dan menyerap radiasi dari yang lain."

"Kita hidup dalam alam yang dideskripsikan sebagai suatu alam semesta multitrack. Setiap yang ada dalam alam semesta mempunyai track yang berbeda."

"Suatu elektron dapat berpindah dari suatu orbit yang berputar ke orbit lain tanpa menyeberangi lintasan."

Einstain mengatakan:

"Kumpulan benda (massa) dapat bertukar energi. Alam semesta adalah sebuah dinamika yang bagian-bagiannya saling berhubungan."

Dalam teori relativitas, ruang dan waktu membentuk keseluruhan yang terpadu, dan materi-materi energi diidentifikasi sebagai kelengkungan ruang.

John Bell menyatakan:

"Partikel-patikel sub atom terhubung melebihi dimensi ruang dan waktu. Apa pun yang terjadi pada suatu partikel akan berdampak pada yang lain, dan tidak terjadi pada suatu konsep yang kaku dan berjalan dengan cepat. Akan sangat mungkin berjalan lebih cepat daripada kecepatan cahaya."

"Dalam satu kesatuan alam semesta, segala sesuatu yang terjadi dengan satu partikel berdampak pada partikel lain. Dalam alam semesta ini, semua individu merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari keseluruhan yang ada dan dapat berhungan dengan kekuatannya."

Fritjof Capra mengatakan:

"Fisika kuantum menunjukkan adanya kesatuan dan saling keterkaitan semua peristiwa. Partikel-partikel merupakan gangguan lokal dalam medan-medan yang saling mempengarui. Metafisika yang dibangun atas fisika dan mistisme menunjukkan adanya keutuhan realitas."

"Kesatuan segala sesuatu dan kesatuan yang tak terpisahkan ditemukan dalam kedalaman meditasi."

"Fisika baru mengatakan bahwa pengamat dan yang diamati merupakan dua hal yang tak terpisahkan, sebagaimana tradisi mistik menyatukan kesatuan antara subyek dan obyek."

Penjelasan para ilmuan yang telah diakui oleh dunia itu meyakinkan kepada kita bahwa alam semesta ini penuh dengan energi yang saling kait mengkait satu dengan yang lian. Manusia bisa mengkases semua energi tanpa terkecuali. Manusia bisa berhugungan dengan apa saja yang ada di alam semesta ini, karena manusia adalah bagian dari energi alam semesta yang bisa saling terkait. Manusia juga adalah tubuh eterik.

Allah Menundukkan Energi Alam Semesta Untuk Manusia

Energi alam semesta tersebut bisa diakses oleh manusia, karena seperti disebutkan oleh ***Syeikh Al-Ahsai*** bahwa alam semesta mempunyai roh, jiwa dan akal. Sedangkan manusia itu sendiri adalah makhluk yang jatidirinya adalah roh, jiwa dan akal. Dengan roh, jiwa dan akal, manusia bisa mengangkes alam semesta tanpa batas. Hukum alam menyebetukan: "Semua jenis yang sama bisa berkumpul dan menyatu." Manusia diberikan keleluasaan oleh Allah untuk mendapatkan energi alam semesta. Mau atau tidak, bisa atau tidak tergantung manusia. Yang pasti, Allah sudah memerintahkan kepada alam semesta untuk tunduk mengikuti kehendak manusia. Allah berfirman.

وَسَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِّنْهُ إِنَّ
فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Dan Dia telah menundukkan untukmu apa yang di langit dan apa yang di bumi semuanya, (sebagai rahmat) daripada-Nya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang berfikir (QS. Al-Jasiyah/45: 13)

Bumi yang berputar mengeluarkan energi angin, dan angin ini juga ditundukkan kepada manusia. Allah berfirman:

وَهُوَ الَّذِي أَرْسَلَ الرِّيَاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ
وَأَنزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا

Dia lah yang meniupkan angin (sebagai) pembawa kabar gembira dekat sebelum kedatangan rahmat-Nya (hujan); dan Kami turunkan dari langit air yang amat bersih (QS. Al-Furqan/25: 48)

وَمِنْ آيَاتِهِ أَن يُرْسِلَ الرِّيَاحَ مُبَشِّرَاتٍ وَلِيُذِيقَكُم
مِّن رَّحْمَتِهِ وَلِتَجْرِيَ الْفُلْكُ بِأَمْرِهِ وَلِتَبْتَغُوا مِن فَضْلِهِ
وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Dan di antara tanda-tanda kekuasan-Nya adalah bahwa Dia mengirimkan angin sebagai pembawa berita gembira dan untuk merasakan kepadamu

sebagian dari rahmat-Nya dan supaya kapal dapat berlayar dengan perintah-Nya dan (juga) supaya kamu dapat mencari karunia-Nya; mudah-mudahan kamu bersyukur (QS. Ar-Rum/30: 46).

Seperti juga kata para ilmuan bahwa alam semesta merupakan sebuah kesatuan yang saling terhubung, maka manusia bisa menghububungi alam mikromosmos sesuai dengan keinginannya. Manusia bisa mengakses alam semesta untuk kesejahteraan dan kepentingan hidupnya.

Mengakses Alam Semesta Menarik Rezeki

Seperti sudah disebutkan oleh penulis, bahwa manusia adalah makhluk yang jatidirinya roh, jiwa dan akal. Raga yang menjadi kendaraannya mestinya digerakkan untuk bisa meraih seluruh apa yang menjadi keperluannya.

Roh adalah cahaya yang dimuliakan Allah, bahkan malaikat pun diperintahkan Allah untuk bersujud kepadanya ketika Allah meniupkan ke dalam tubuh Adam. Roh bersifat kekal dan bisa bergerak ke mana saja. Dia bisa bertemu dengan sesama roh di saat manusia sedang tidur. Bahkan dengan latihan teknologi bashirah, roh bisa keluar dari badan. Roh bukanlah nyawa, karena nyawa bisa mati. Sedangkan roh tidak akan mati.

Jiwa adalah cahaya yang menyerap dan merasakan apa saja yang masuk ke dalam raga. Akal adalah cahaya yang menuntun apa saja yang hendak dirasa oleh raga dan jiwa. Maka itu, hanya dengan roh, jiwa dan akal, kita akan bisa mengakses semua yang dijanjikan Allah. Sementara raga hanya sebagai kendaraannya.

Mari kita lihat gambar di bawah ini, kemudian kita kaji firman Allah Surah Adz-Dzariyat/51 ayat: 20-23.



وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ. وَفِي أَنفُسِكُمْ ۚ أَفَلَا
تُبْصِرُونَ. وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ.
فَوَرَبِّ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ إِنَّهُ لَحَقٌّ مِثْلَ مَا أَنَّكُمْ تَنطِقُونَ

Dan di bumi itu terdapat tanda-tanda kebesaran Allah bagi orang-orang yang yakin. Dan (juga) pada dirimu sendiri, maka apakah kamu tidak memperhatikan? Dan di langit terdapat rezekimu dan terdapat (pula) apa yang dijanjikan kepadamu. Maka demi Tuhan langit dan bumi,

sesungguhnya yang dijanjikan itu adalah benar-benar (akan terjadi) seperti perkataan yang kamu ucapkan.

Bumi yang kita pijak adalah jagad mikrokosmos. Di dalamnya terdapat berbagai energi dan tanda kebesaran Allah, maka yakinilah Anda bisa mengakesnya. Manusia diberikan kehebatan Allah, maka temukan bukti kehebatan itu. Di dalam diri manusia ada tersimpan energi dahsyat, mengapa tidak dibuka dan diberdayakan? Langit yang membentang tak terhingga adalah jagad makrokosmos. Di sana rezeki manusia dijanjikan Allah. Mengapa manusia tidak mau menariknya? Menurut firman Allah tersebut, manusia ada di antara langit dan bumi. Ke atas manusia menarik dan ke bawah manusia mengambil. Ke atas atau ke langit maksudanya adalah kepada Allah, perlu channeling. Ke bumi atau ke bawah maksudnya kepada sesama makhluk, perlu akses.

Rezeki manusia ada di langit, dan apa saja yang dijanjikan Allah juga ada di langit. Ayat-ayat tersebut oleh para ulama dijelaskan dengan banyak penafsiran. Ada yang mengatakan "rezeki dan yang apa yang dijanjikan ada di langit", maksudnya adalah di sisi Allah, masih ditahan Allah. Ada yang mengartikan bahwa rezeki manusia diturunkan dari langit, mulanya berupa hujan, kemudian hujan itu menumbuhkan berbagai tanaman yang menjadi bahan pokok kehidupan di muka bumi.

Yang pasti langit adalah jagad besar. Di sana rezeki dan harapan manusia dijanjikan Allah. Di sana rezeki sudah disiapkan Allah dan dari sana harapan akan dikabulkan. Hanya saja rezeki yang berlimpah ruah itu dibuat gaib untuk saat ini. Masalahnya tergantung pada kita. Apakah

kita percaya atau tidak? Apakah kita mau mengakses dan menariknya atau tidak. Allah telah menyiapkan dan menundukkan alam semesta untuk manusia. Mengapa kita tidak bergairah menyambutnya?

Dalam ayat tersebut Allah bersumpah: "Maka demi Tuhan langit dan bumi, sesungguhnya yang dijanjikan itu adalah benar-benar akan terjadi seperti perkataan yang kamu ucapkan."

Apa yang Anda ucapkan akan benar-benar terjadi. Maka ucapkan kehendak Anda dengan zikir, doa dan kalimat perintah atau sugesti kepada diri sendiri dan alam semesta. Ucapan yang mengalir dari bashirah akan menarik energi yang ada di alam semesta. Karena itu, zikir, doa dan "sugesti" atau kalimat perintah merupakan sesuatu yang mutlak Anda lakukan. Sungguh, apa yang Anda katakan benar-benar akan terjadi.

Di jagad ini setiap makhluk Allah diberikan ruang dan waktu. Di jagad ini setiap makhluk Allah diberi tugas sendiri-sendiri. Satu dengan yang lain saling mendukung dan saling berhubungan secara selaras dan seimbang. Keselaran itulah yang membuat keadaan alam semesta ini menjadi harmonis. Dan keharmonisan akan menciptakan hubungan imbali balik saling memberi. Bila hubungan itu tidak selaras atau tidak seimbang, maka terjadilah bencana, peristiwa memilukan atau kerusakan alam.

Bumi adalah jagad kecil atau mikrokosmos. Di dalam bumi dan di atas bumi hidup pula berbagai-bagai makhluk Allah yang beraneka macam dan beraneka bentuk. Semuanya memiliki energi, semuanya berguna bagi kehidupan. Mereka juga hudup dalam sebuah keselarasan

yang tinggi, saling berhubungan dan saling memberi. Semua berperan untuk menjaga ekosistem.

Manusia dalam kesendiriannya adalah jagad kecil atau mikrokosmos. Saya adalah jagad kecil, Anda dan setiap orang. Begitu juga planet, bintang dan benda-benda lainnya. Masing-masing adalah jagad kecil yang ada di jagad besar atau makrokosmos. Setiap jagad kecil mempunyai energi. Mereka hidup dalam keselerasan energinya masing-masing, saling berhubungan dan saling memberi. Bila keselarasan energi ini terganggu atau keseimbangannya terabaikan, maka akan berpengaruh pada kehidupan manusia.

Sebagai sesama makhluk jagad kecil, manusia adalah makhluk Allah yang istimewa. Manusia diberikan "*purbawasisa*" atau kekuasaan penuh untuk memanfaatkan alam semesta. Bashirah (energi cahaya) yang dia miliki bisa dibuka dan diberdayakan untuk mengakses energi alam semesta. Dia bisa menarik energi rezeki di langit, menarik energi tanah atau bumi, menarik energi angin atau udara, menarik energi matahari, menarik energi air dan sebagainya. Bukankah manusia memiliki energi dari unsur semuanya itu?

Manusia sebagai makhluk yang mendiami bumi, dia adalah bagian dari jagad makrokosmos. Manusia memiliki energi sama dengan makhluk yang lain. Bahkan energi manusia bisa ditingkatkan melebihi energi yang dimiliki oleh makhluk-makhluk lain. Manusia punya jiwa, roh dan akal. Dengan itu, manusia bisa membangun komunikasi dengan seluruh alam, baik yang gaib maupun yang nyata. Dengan itu manusia bisa menyelaraskan diri kepada semua yang ada, lalu menariknya untuk kesejehteraan hidupnya.

Rezeki adalah alam kecil. Jika Anda ingin mengaksesnya, pastikan apa bentuk rezeki yang Anda maksud. Apakah berupa uang, maka gambarkan berapa jumlah uang yang sesuai dengan kemampuan Anda. Apakah berupa seorang wanita, maka gambarkan orangnya, syukur-syukur kalau sudah Anda kenal orangnya. Apakah berupa barang, maka gambarkan barangnya. Apakah berupa kesehatan, maka imajinasikan kesehatan Anda secara jelas. Selaraskan energi diri Anda dan buatlah frekuensinya sama dengan energi sesuatu yang Anda tuju, dengan memberdayakan bashirah. Rezeki termasuk energi tingkat tinggi, Anda harus menariknya dengan kesadaran energi yang tinggi juga. Setelah itu Anda bisa menariknya. Hukum alam menyatakan, sesuatu yang sama akan saling tarik-menarik. Tersulah Anda menerik rezeki dengan energi kesadaran yang tinggi, Anda akan mendapatkannya.



MENGAKSES ALAM GAIB (METAFISIKA)

Kalau kita mau, sesungguhnya kita bisa mengakses alam gaib. Sebab setiap kita pernah melihat hal-hal yang tidak pernah dilihat orang lain. Apalagi Allah mewajibkan kita untuk beriman kepada yang gaib.

Manusia Dikelilingi Oleh Kegaiban

Manusia sebenarnya lebih banyak menghadapi alam gaib daripada alam nyata. Saat Anda duduk di kursi sedang bekerja, Anda cuma sedikit melihat alam nyata. Anda hanya tahu di depan Anda ada meja, komputer, kertas, mesin cetak (printer), pena, dan semua barang yang bisa Anda lihat. Di balik itu semua Anda tidak melihat apa-apa.

Anda tidak tahu apa yang ada di belakang Anda, Anda tidak tahu apa yang ada di balik tembok. Anda tidak tahu apa yang dipikirkan oleh teman Anda tentang Anda. Di luar sana dan di luar yang Anda pikirkan, banyak hal-hal yang tidak Anda ketahui. Begitu juga saat Anda sedang duduk di rumah, Anda hanya tahu beberapa benda yang dilihat oleh mata.

Saat Anda keluar rumah, Anda juga tidak punya daya apa-apa. Anda tidak tahu apa yang sedang dan akan terjadi di tempat tujuan. Di dalam perjalanan, Anda sudah tidak tahu lagi apa yang terjadi di rumah Anda, apa yang akan terjadi dan apa yang akan dilakukan oleh anak dan istri Anda.

Anda benar-benar dikepung oleh alam gaib. Anda hanya bisa merasakan apa yang sedang Anda alami sekarang. Anda hanya tahu apa yang sudah terjadi dan apa yang ada di depan Anda. Nanti, besok dan masa depan adalah alam gaib. Rezeki, umur, nasib dan segala keinginan atau harapan adalah alam gaib.

Bahkan diri kita ini, di dalamnya penuh alam gaib. Cobalah Anda berusaha bisa membaca apa yang gaib di dalam diri Anda. Terlalu banyak kegaiban dalam

diri Anda. Semua kebaikan adalah gaib, dan Anda bisa memunculkannya dari pikiran Anda.

Di dalam diri Anda ada kekuatan yang gaib, tetapi Anda tidak tahu di mana kekuatan itu dan bagaimana membangkitkannya. Di dalam diri Anda ada energi gaib yang dahsyat, tetapi Anda tidak tahu bagaimana membukanya. Roh, jiwa dan akal Anda adalah gaib. Maka bila Anda bisa membukanya, Anda akan punya kekuatan dan energi dahsyat untuk membuat hidup Anda menakjubkan.

Anda harus menyadari bahwa semua yang gaib memiliki energi dan potensi besar untuk mengangkat harkat dan martabat hidup. Telusuri dan temukan potensinya hingga Anda dapat merasakan manfaatnya.

Temukan pintu menuju yang gaib dari diri Anda, dan temukan pintu menuju kebaikan gaib yang ada di lur diri Anda, kemudian hubungkan dan sinergikan, maka Anda akan mendapatkan apa yang Anda inginkan.

Manusia Bermain di Dua Alam

Menururt Syekh Al-Auhad Al-Ahsa'i, seorang ulama ahli fisika, dia menyatakan bahwa Allah menciptakan alam ini ada 2 macam, dan manusia bermain di dalamnya, yaitu:

1. Alam Nyata.
   Yaitu alam yang bisa dipelajari oleh para ahli dengan cara pasti, misalnya matahari, planet, bintang, panas, benda gas, benda cair, dan semua meterial yang hidup.
2. Alam Gaib.
   Yaitu alam yang tidak bisa dipelajari dengan ilmu

pasti seperti mempelajari alam nyata tersebut. Untuk mengetahui alam gaib ini manusia hanya menggunakan rasa dan imajinasi, dan tiap-tiap orang punya cara dan punya pengalaman yang berbeda. Dasarnya hanyalah keimanan.

Alam gaib sesungguhnya merupakan "hakikat" dari alam nyata. Alam gaib adalah makna dan tujuan dari alam nyata. Alam gaib pada saatnya nanti akan dapat dilihat dan dibuktikan. Menurut Syekh Al-Ahsa'i, alam gaib ada 2, yaitu:

1. Gaib Hakiki.
   Sekarang ini yang benar-benar gaib bagi kita adalah Allah. Belum ada manusia yang bertemu dengan Allah, sekalipun nabi. Nabi Musa baru sempat berdialog dengan Allah, belum bertemu muka dengan Allah. Malaikat adalah makhluk yang gaib, tetapi Allah mengizinkan hamba-Nya bisa ditemui malaikat, maka tidak disebut gaib hakiki. Jin dan setan makhluk gaib, tetapi ada orang-orang tertentu yang bisa melihatnya, maka jin dan setan tidak disebut gaib hakiki. Syurga dan neraka bukan gaib hakiki, karena manusia ada yang diberi kesempatan Allah melihatnya dalam mimpi atau lewat imajinasi.
2. Gaib Majazy.
   Gaib Majazy yaitu sesuatu yang gaib saat ini, tetapi pada suatu saat nanti bisa dilihat atau ditemukan dengan menempuh cara-cara tertentu. Alam ini bisa diakses dengan metodologi "mujarrabah" atau mengikuti percobaan para ulama dengan pengulangan atau riyadhah (latihan) secara terus-menerus.

Semua Ciptaan Allah Punya Dimensi Gaib

Menurut Syeikh Al-Ahsai, setiap benda atau apa saja yang ada di alam semesta ini mempunyai dimensi kegaiban, walaupun nyata. Justru karena ada dimensi gaib itulah kita bisa mengaksesnya menggunakan unsur kegaiban kita, yaitu roh, akal dan jiwa. Karena punya unsur gaib, kita bisa menariknya dengan kekuatan gaib kita. Yang gaib itu bertingkat-tingkat.

Pertama, **Alam Hati.**

Segala sesuatu mempunyai hati. Apapun bentuknya dan di mana pun keberadaannya, dia mempunyai sepercik hati dari hati yang besar, dan kita tertutup dari kenyataan ini. Hati kita sendiri sesungguhnya adalah gaib bagi kita. Hati kita hanyalah entitas yang tidak kita ketahui fisiknya. Kita hanya tahu bahwa kita punya keyakinan dalam hati. Karena semua ciptaan Allah punya hati, maka seharusnya kita juga berinteraksi dengan hati.

Kedua, **Alam Akal.**

Bahwa segala sesuatu ada akalnya dan bisa berhubungan dengan alam semesta. Sementara kita tidak tahu apa yang dipikirkan oleh benda-benda alam itu. Pikiran adalah alam gaib. Apa yang terpikirkan tidak nampak sama sekali. Maka sebagai sesama makhluk Allah, kita harus berinteraksi dengan akal, supaya bisa menyambung.

Ketiga, **Alam Roh atau Alam Halus.**

Maksudnya adalah bahwa segala yang wujud mempunyai roh, dan semua roh bisa berhubungan dengan alam semesta. Kita tidak tahu seperti apa roh alam itu. Jangankan roh alam, roh kita saja kita tidak melihat. Kita sangat punya kepentingan untuk meraih karunia Allah

yang ada di alam yang tidak kita ketahui, maka untuk bisa mengaksesnya, kita juga harus menggunakan roh.

Keempat, **Alam Nafs atau Alam Jiwa.**

Maksudnya adalah bahwa semua yang ada di alam ini mempunyai jiwa. Kita tidak tahu jiwa alam itu. Orang-orang zaman dahulu memahaminya dengan simbol-sombol, lalu dibahasakan dengan bahasa masing-masing. Jiwa alam yang tidak namapak itu hanya bisa diakses dengan jiwa, maka kita juga harus menggunakan jiwa kita.

Kelima, **Alam Permisalan.**

Maksudnya adalah bahwa segala sesuatu yang ada di alam ini merupakan percontohan dari alam yang gaib. Kita percaya ada yang gaib, karena kita bisa melihat permisalannya. Maka jika kita punya harapan dan keinginan untuk memiliki sesuatu, kita harus membuat permisalan atau bisa memvisualisasikan secara jelas dan gamblang.

Keenam, **Alam Tabi'i.**

Maksudnya adalah bahwa segala sesuatu memiliki karakter dan sifat sendiri-sendiri. Tetapi semuanya bisa saling berinteraksi dan bisa saling mempengaruhi. Satu dengan yang lain bisa berkorelasi dengan alam gaib dan alam nyata. Karena itu, maka alam ini tidak gaib seratus persen dan juga tidak nyata (bisa diindera) seratus persen. Alam ini bisa disentuh tetapi tidak bisa dilihat wujudnya, atau bisa dilihat wujudnya tetapi tidak bisa disentuh.

Ketujuh, **Alam Lain.**

Alam gaib ini kita yakini berdasarkan petunjuk nash agama atau pemberitahuan dari para rasul dan para nabi, seperti syurga, neraka, alam kubur, dan sebagainya.

Sekarang ini bagi kita, yang benar-benar ghiab hanyalah Allah. Tak seorang pun yang bisa dan tidak akan bisa

melihat Allah sekarang ini. Allah tertutup dari kita karena kebesaran-Nya dan keagungan-Nya. Maka kita sebut "gaib hakiki." Sungguh pun begitu, kita diperintahkan untuk bisa melihat-Nya dengan hati dan pikiran, kita diperintahkan bisa merasakan sangat dekat dengan-Nya melalui kekuatan imajinasi, sebagaimana hadis Rasulullah: "Ihsan yaitu Anda menyembah Allah, sepertinya Anda melihat-Nya. Jika Anda tidak bisa melihat, maka yakinlah bahwa Dia melihat Anda."

Selain Allah, yakni tujuh alam tersebut di atas tadi, semuanya adalah "gaib majazy." Artinya, ada kemungkinan seseorang bisa melihat dan merasakan keberadaannya. Ada yang menjadi gaib bagi seseorang, tetapi tidak gaib bagi orang-orang tertentu. Bahkan bisa jadi sekarang ini gaib, suatu saat kita bisa melihat atau merasakannya. Keinginan atau harapan Anda sekarang ini adalah gaib, besok atau lusa dia bisa menjadi tidak gaib.

Iman kepada yang gaib sungguh merupakan pokok dalam beragama. Percaya saja tidak cukup bisa membuat kita hidup lebih baik. Tetapi kita harus berusaha membuat yang gaib itu menjadi nyata dengan cara-cara tertentu. Ketika kita bisa membaca atau memprediksi hal-hal yang gaib, maka semakin tinggi dan semakin mantap keimanan kita. Ketika kita bisa melihat yang gaib di balik yang nyata, maka kita akan menjadi manusia yang "linuwih" atau mempunyai keistimewaan. Dan orang-orang yang isitimewa juga akan diistimewakan Allah. Karena itulah, maka menemukan hakikat di balik syariat menjadi sangat penting. Menemukan yang gaib di balik yang nyata sangat berguna dalam menghadapi hidup masa depan. Ingatlah bahwa masa depan adalah gaib, maka temukan yang gaib itu agar Anda sukes dan selamat. Di bawah nanti Anda

akan mendapatkan pengetahuan tentang metafisika, yaitu menyerap informasi dan melakukan sesuatu dibalik yang nyata.

Kebaikan Adanya di Alam Gaib

Di alam gaib tersimpan semua kebaikan. Rezeki kita dengan segala macamnya adalah gaib. Kesehatan, harta, masa depan, karir, hasil usaha, semuanya adalah gaib. Dan itu bisa kita raih dengan mengaksesnya.

Bagaimana cara berhubungan dengan yang gaib? Mungkinkah kita bisa berhubungan dengan yang gaib? Gaib yang ada di sekitar kita sebenarnya relatif, tetapi tidak bagi Allah. Kita katakan relatif (nisbi) karena memang yang gaib itu benar-benar ada dicipta Allah, realita dalam wujud alam. Sebenarnya tuju alam gaib majazi terbut masih banyak cabangnya yang tidak terbatas. Alam-alam ini saling berinteraksi satu dengan lain melalui tracknya sendiri-sendiri dan bisa menyeberang track alam lain tanpa mengalami tabrakan. Setiap alam berhubungan dengan alam lain, dan juga bisa berpisah. Kita manusia, seperti sudah saya sebutkan, bahwa di dalam diri kita banyak alam gaib. Maka kita juga bisa berinteraksi dengan alam gaib.

Bagamaina caranya? Seseorang tidak bisa masuk ke dalam sebuah komunitas yang bukan komunitasnya kalau orang itu tidak menyesuaikan dengan komunitas tersebut. Siapapun dari alam ini tidak mungkin bisa masuk ke alam selain dirinya kecuali dengan melakukan peleburan atau penyelarasan dengan alam lain yang dituju.

Contoh yang nyata, seorang polisi tidak mungkin bisa masuk ke dunia narkoba untuk membongkarnya, kalau dia tidak menyeleraskan diri berpura-pura seperti orang yang sudah terbiasa dengan narkoba. Seorang bajingan tidak mungkin bisa masuk bergabung dengan para ustadz, kalau tidak menyelerasakan diri atau membuat diri sebaik mungkin – walau pura-pura.

Karena harus menyesuaikan dengan alam gaib yang hendak dituju atau diakses, maka haram hukukmnya mengakses JIN dan SETAN. Karena untuk bisa mengkses setan seseorang harus menyesuaikan diri dengan SETAN, untuk bisa mengakses JIN seseorang harus menyesuaikan dengn JIN, sekalipun untuk tujuan kebaikan. Dengan tegas Allah menyatakan bahwa tidak ada untungnya minta bantuan jin kecuali menambah dosa:

> Dan bahwasanya ada beberapa orang laki-laki di antara manusia meminta perlindungan kepada beberapa laki-laki di antara jin, maka jin-jin itu menambah bagi mereka dosa dan kesalahan (QS. Jin: 6)

Dalam bahasa yang mudah diterima, kita bisa umpamakan sedang ingin menangkap siaran sebuah radio, maka kita harus samakan frekuensi pesawat radio kita dengan station radio yang sedang mengudara. Mengakses yang gaib juga demikian. Kita harus memantaskan diri kita dengan cara-cara tertentu agar bisa sama dengan yang hendak kita akses.

Dalam mengkases atau menarik kebaikan yang sengaja dibuat gaib oleh Allah, kita harus meleburkan dan menyelaraskan diri dengan kebaikan yang gaib tersebut. Dan cara ini sudah dijelaskan oleh Al-Qur'an dan Al-Hadits.

Ketahuilah bahwa seluruh ASMAUL HUSNA adalah merupakan cara untuk meleburkan diri dan menyelaraskan diri guna membuka dan mengkses kebaikan Allah yang ada di alam gaib. Teknik dan caranya, saya sudah menuliskan dalam sebuah buku QUANTUM ZIKIR, Teknologi Menghadirkan Kajaiban. Dan secara khusus nanti akan dijelaskan bagaimana membuka bashirah untuk mengakses energi alam gaib, dan juga ada pelatihannya.

Ingatlah kembali bahwa harapkan dan keiinginan, semuanya masih berada di alam gaib. Karena itu ketika kita berdoa, kita juga harus melebur dan menyelaraskan diri dengan alam gaib yang kita mohon. Kita harus mengenal siapa yang kita minta, kita harus memahami apa yang kita minta, kita harus tahu sifat-sifat segala sesuatu yang kita minta. Singkatnya, kita harus benar-benar sudah "chun in" dengan yang kita minta, sejiwa dan sefrekuensi. Itu sebabnya ketika Rasulullah ditanya: "Ya Rasul, mengapa doa saya tidak dikabulkan?" Rasulullah menjawab: "Karena kamu tidak tahu siapa yang kamu minta, dan kamu tidak tahu apa yang kamu minta." Artinya, kita belum bisa menyerlaraskan diri dan belum menyeimbangkan energi yang bisa menarik apa yang kita minta. Karena tidak nyambung, beda frekuensi, beda jalur dan beda energi, maka tidak pernah bisa bertemu.



ZIKIR MENEMBUS BATAS RUANG & WAKTU

"Zikir mempertajam bashirah. Zikir adalah energi untuk mengakses semua rahasia"
(Amirul Mukiminin Ali bin Abi Thalib)

Setiap Yang Bergerak Mengeluarkan Energi

Setiap benda yang bergerak akan mengeluarkan energi. Jika pergerakannya lambat, maka benda itu masih terlihat wujud aslinya dan energi yang dikelurkan kasar. Jika pergerakannya cepat, maka wujud barang itu tidak tampak bentuk aslinya, dan energi yang dikeluarkan semakin besar dan tidak tampak. Semakin cepat pergerakan benda itu, maka energi yang dikerluarkan semakin halus tidak tampak tetapi sangat kuat.

Jika Anda ingin membuat zikir Anda menjadi energi yang sangat kuat dan dahsyat, maka buatlah zikir itu bergerak dengan cepat. Ubahlah zikir itu menjadi cahaya yang kecepatannya tidak terhingga. Dan buku ini akan mengajarkan kita untuk itu, dengan mengikuti contoh para Wali Allah dan orang-orang yang telah merasakan keberhasilannya.

Pentingnya Zikir

Kata "zikir" secara bahasa berarti ingat. Zikir secara istilah mengandung 2 makna:

1. Zikir sebagai aktivitas rohani berwujud kata-kata atau kalimat yang diucapkan dengan lisan atau dikatakan dalam hati. Misalkan lisan mengucapkan, atau hati mengatakan: Alhamdu lillah, Subhanallah, Astaghfirullah, menyebut nama-nama Allah, dll.

1. Zikir sebagai aktivitas fisik yang selalu dihubungkan dengan Allah. Seperti shalat, haji, puasa, pergi ke rumah teman karena Allah, bekerja mencari nafkah

kerena Allah. Semua aktivitas yang bertujuan mencari ridha Allah adalah zikir.

Aktivitas rohaniah (batin) dan aktivitas jasadiah (fisik) harus didasarkan pada pikiran dan keyakinan. Zikir, jika pelaksanaannya masih menggunakan pikiran sadar, maka dia disebut ***"Tafakkur."*** Jika pelaksanaanya sudah menggunakan pikiran bawah sadar, yakni dengan mengingat secara fokus dan bervisualisasi, maka dia disebut "Zikir." Dan zikir inilah yang saya maksudkan "Zikir Khusus".

Menurut Ahli Tasawwuf, Ibnu Athaillah As-Sakandari, zikir yaitu upaya membebaskan diri dari lalai dan lupa dengan meraskan kehadiran Allah, sambil terus mengulang-ulang nama Allah dengan bersuara mapun hanya dalam hati.

Nama-nama Allah yang kita ucapkan memiliki kekuatan yang sangat dahsyat. Zikir itu sendiri adalah sebuah energi. Dan kita bisa mentransformasikan zikir menjadi cahaya yang bergerak sangat cepat ke hadirat Allah, dan segera menarik apa yang kita inginkan manakala kita bisa menyelaraskan diri dengan kehendak Allah. Untuk bisa menyelaraskan diri, kita perlu latihan dan membuka bashirah yang akan dijelaskan nanti.

Bahkan, kata apapun yang kita ucapkan sesungguhnya juga bisa menjadi energi. Kalimat yang keluar dari mulut kita adalah energi yang manfaat atau mudharatnya kembali kepada diri kita. Kalimat baik akan mendatangkan energi positif, dan kalimat buruk akan mendatangkan energi negatif. Percayalah, jika Anda berkata-kata buruk atau mengucapkan kalimat yang menyakitkan orang, Anda akan menarik energi negatif masuk ke dalam diri Anda.

Sepanjang Anda belum melepaskannya, pikiran Anda tidak akan fokus dan hati Anda tidak merasakan ketenangan. Karena itu segera lepaskan energi negatif Anda dengan meminta maaf kepada orang yang bersangkutan bila mungkin. Katakan pada diri sendiri: "Maafkan saya! Saya menyesal. Terima kasih. Saya mengasihi."

Dalil kedahsyatan zikir lafazh "Allah" telah disampaikan oleh Rasulullah barguna bagi kelangsungan dunia. Rasulullah Saw bersabdas: "Selagi di dunia ini masih ada orang yang mengucapkan lafazh Allah, maka dunia tidak akan kiamat." Lafazh Allah yang diucapkan terbukti menjadi sebuah energi dahsyat yang mampu menahan kehancuran dunia. Begitu juga kalimat Istighfar, ia mampu meredam kemurkaan Allah, mendatangkan keberkahan, menyelaraskan dan mengharmoniskan alam semesta sehingga tidak terjadi kerusakan atau turun azab Allah.

Karena itulah, maka kita diperintahkan oleh Allah untuk berzikir sebanyak-banyaknya, dengan berdiri, dengan duduk maupun dengan berbaring, di pagi hari maupun di sore hari. Mari kita perhatikan firman Allah di bawah ini!

وَاذْكُرْ رَبَّكَ كَثِيرًا وَسَبِّحْ بِالْعَشِيِّ وَالْإِبْكَارِ

Dan berzikirlah menyebut Tuhanmu sebanyak-banyaknya serta bertasbihlah di waktu petang dan pagi hari (QS. Ali Imran/3: 41).

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Maka berzikirlah kamu kepada-Ku niscaya Aku

ingat pula kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari nikmat-Ku (QS. Al-Baqarah/2: 152

وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم
مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا

Laki-laki dan perempuan yang banyak berzikir menyebut nama Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar (QS. Al-Ahzab/33: 35)

Jangan berhenti untuk berzikir, karena zikir Anda menjadi energi yang menguatkan diri Anda. Dengan berzikir, Anda telah membuat keseimbangan dan keharmonisan diri Anda. Dengan berzikir, Anda telah menyelaraskan raga yang terdiri dari berjuta-juta dan bahkan bermilyar-milyar sel dengan jatidiri Anda. Anda akan hidup dalam keseimbangan, sehingga selalau berada dalam posisi yang sangat menguntungkan. Bacalah buku-buku tentang keagungan zikir, fadhilah dan keutamaan kalimat-kalimat thayyibah dan amalkan. Anda bisa mendapat kekayaan atau rezeki dengan berzikir. Anda bisa membentengi diri dengan berzikir. Anda bisa meraih segala yang Anda harapkan dengan berzikir. Anda akan hidup lapang dengan berzikir. Anda akan cerdas dengan berzikir. Pikiran Anda akan mati kalau tidak mau berzikir.

Anda mungkin belum merasakan manfaat zikir secara langsung, padahal sesungguhnya zikir Anda telah membuat situasi di sekeliling Anda menjadi damai dan harmonis. Anda telah membuka pintu dan menyelaraskan

alam semesta yang penuh dengan karunia Allah ini dengan zikir. Orang-orang yang berzikir akan sampai pada sebuah tempat yang sangat mulia di sisi Allah sebelum para ilmuan itu sampai di sana. Anda telah sampai, tinggal meminta izin untuk mengambil apa yang menjadi keinginan Anda. Rasulullah Saw bersabda:

سَبَقَ الْمُفَرِّدُونَ الذَّاكِرُونَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ

Telah sampai lebih dahulu al-mufarridun, yaitu laki-laki dan perempuan yang banyak berzikir.

Orang-orang yang mengaku berpegang pada ilmu dan logika, tidak pernah sampai ke sana, karena mereka terus berdebat membenarkan pendapatnya sendiri dan menyalahkan orang yang tidak sejalan dengannya. Orang-orang yang berzikir, cukuplah dengan keyakinannya, mereka sampai kepada yang dituju. Kalau sampai hari ini Anda masih belum menikmati indahnya zikir, dan belum merasakan keajaiban zikir, maka setelah Anda menggunakan teknologi membuka bashirah, Anda akan segera merasakan hasilnya. Jika bashirah telah terbuka dan kita bisa menyelaraskan diri dengan energi semesta alam, serta larut dalam nama-nama Allah, maka tidak ada yang mustahil bagi kita. Allah akan mengiyakan apa yang kita yakini dan mewujudkannya untuk kita. Dalam hadits qudsi, Allah berfirman:

أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي
نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَإٍ

خَيْرٍ مِنْهُ وَإِنْ اقْتَرَبَ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا وَإِنِ اقْتَرَبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا اِقْتَرَبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً رواه مسلم

Aku selalu berada dalam keyakinan hamba-Ku. Aku selalu berasamanya saat dia mengingat-Ku. Jika dia mengingat-Ku dalam dirinya, Aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika dia mengingat-Ku di keramaian, Aku akan mengingatnya di tengah keramaian yang lebih baik darinya. Jika dia bergerak mendekat kepada-Ku sejengkal, Aku akan bergerak mendekatinya satu hasta. Jika dia bergerak mendekati-Ku satu hasta, Aku akan bergerak mendekatinya sepanjang tangan. Jika dia mendakat kepada-Ku dengan berjalan, Aku akan mendekat kepadanya dengan berlari (HR. Muslim).

Apa yang ingin kita capai dan apa yang ingin kita raih dari Tuhan tergantung keyakinan kita. Kalau kita yakin dan mampu memvisualisasikan dengan gamblang, maka keyakinan itu langsung manjadi kenyataan ada pada diri kita. Kalau kita yakin dan memvisualisasikan adanya kekuatan yang mengusir penyakit dalam diri kita, maka penyakit itu benar-benar keluar dari diri kita. Kalau kita yakin dan memvisualisasikan sebuah kekuatan dari nama Allah masuk ke dalam diri kita, maka kekuatan Allah itu ada dalam diri kita dan menjadi energi yang luar biasa.

Bentuk zikir sangat bermacam-macam. Semua ibadah adalah zikir, termasuk shalat, membaca Al-Qur'an juga,

dan semua amal shaleh yang dikerjakan karena Allah. Tetapi di dalam buku ini, penulis hanya ingin menjelaskan ZIKIR KHUSUS, yaitu menzikirkan Asmaul Husna untuk berbagai tujuan. Anda akan diajarkan memberdayakan bashirah dengan teknolog khusus dan Zikir Asmaul Husna.

Shalat sesungguhnya termasuk zikir khusus. Menurut para ahli, shalat adalah sebuah cara yang paling sempurna untuk mencapai ketenangan dan relaksasi. Shalat, memang sebuah ibadah yang istimewa, yang harus diterima dan diamalkan tanpa perlu ditanyakan "mengapa?" Para pakar bidang kesehatan jasmani maupun pakar kesehatan jiwa menyatakan, bahwa shalat dengan gerak dan kalimat yang dibaca mempunyai multi kegunaan bagi keharmonisan hidup manusia. Karena itu, maka untuk memberdayakan bashirah, kita sebaiknya memulainya dengan shalat. Bisa jadi sesudah shalat fardhu, shalat sunnah atau shalat khusus tengah malam (qiyamullail). Zikirnya adalah Asmaul Husna.

Zikir Khusus

Yang sudah kita bicarakan di atas adalah zikir secara umum dan bisa dilakukan oleh siapa saja, di mana saja dan kapa saja, dengan berdiri, duduk maupun berbaring. Namun jika kita menelusuri beberapa hadis, Rasulullah Saw sering mengajarkan zikir secara khusus kepada sahabat-sahabatnya. Zikir khusus yaitu zikir yang dilakukan dalam waktu khusus, tempat khusus dan situasi yang khusus. Artinya, untuk berzikir itu seseorang menyiapkan dirinya secara total. Dia berzikir dengan seluruh raga, roh, jiwa dan akal/pikirannya. Dalam sebuah hadis qudsi Allah berfirman:

يَاابْنَ آدَمَ تَفَرَّغْ لِعِبَادَتِي أَمْلأْ صَدْرَكَ غِنًى وَأَسُدَّ فَقْرَكَ وَإِلَّا تَفْعَلْ مَلأْتُ يَدَيْكَ شُغْلاً وَلَمْ أَسُدَّ فَقْرَكَ (
تحفة الأحوذي بشرح جامع الترمذي)

Wahai Anak Adam! Siapkan secara khusus waktu untuk beribadah kepada-Ku, maka Aku akan penuhi dada Anda dengan kekayaan dan Aku penuhi kebutuhan Anda. Jika Anda tidak bisa melakukannya, maka Aku buat tangan Anda sibuk dan tidak Aku penuhi kebutuhan Anda (Tuhfatul Ahwadzi Syarh Jami At-Tiemidzi).

Seandainya Anda membaca dan menelusuri zikir yang dilakukan oleh ahli thareqat atau ahli tasawwuf, Anda juga akan menemukan cara zikir khusus. Mengapa mereka melakukannya dengan cara yang berbeda? Bukankah zikir itu bebas? Apa tidak mengada-ada dan memberatkan diri?

Di sini saya katakan, bahwa soal teknik atau cara, tidak lain dimaksudkan adalah untuk membuat zikir itu bisa efektif dan meresap dalam roh, jiwa, dan akal. Sekali Anda mencoba dan tahu, Anda tidak akan mengatakan cara itu memberatkan diri. Berat hanya dirasakan oleh orang yang tidak punya kemauan, ringan bagi orang yang punya himmah kuat.

Memang Rasulullah Saw mengajarkan zikir secara umum kepada sahabat-sahabatnya, tetapi di balik yang umum itu, ternyata Rasulullah juga mengajarkan zikir secara khusus kepada Abu Bakar Assiddiq dan Ali Bin Abi Thalib.

Mengapa hanya kepada Abu Bakar dan Ali Bin Abi Thalib? Karena mereka berdualah yang lebih banyak selalu bersama Rasulullah. Mereka berdua mempunyai tempat yang sangat khusus di hati Rasulullah. Ali adalah anak angkat Rasulullah, dan Abu Bakar adalah mertua sekaligus orang yang menjadi teman dalam suka dan duka.

Zikir - walau kalimatnya sama - yang ditempuh oleh ahli thareqat sebenarnya bisa dikatakan zikir khusus. Karena mereka mengikuti cara yang ditempuh oleh sahabat Abu Bakar Assiddiq dan Ali bin Abi Thalib, yang keduanya telah mendapatkan pelajaran zikir secara khusus. Adapun cara zikir khusus yang diajarkan oleh Rasulullah Saw ialah sebagai berikut:

- Zikir Ali Bin Abi Thalib, yaitu dengan ***nafyi*** dan ***isbat*** (meniadakan dan menetapkan):
  Laa ilaaha (Tidak ada Tuhan selain Allah) =
  Meniadakan Tuhan.
  Illallah (Kecuali Allah) =
  Menetapkan Allah sebagai Tuhan.
  Thareqat ini kemudian disebut "Thareqat Alawiyah."
- Zikir Abu Bakar Assiddiq, yaitu dengan hanya menyebutkan "Allah" secara mufrad (sendirian), atau dengan menyebut nama-nama Allah (Asmaul Husna) satu persatu.
  Thareqat ini kemudian disebut "Thareqat Bakariyah."

Dari jalur Ali bin Abi Thalib dan Abu Bakar inilah para tabiin mengembangkan tasawwuf, berlanjut hingga munculnya 4 thareqat besar yang disebut sebagai "punjer" (al-aqthab), yaitu (1) Thareqat yang didirikan oleh Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani disebut Thareqat Qadiriyah, (2) Thareqat yang dibangun oleh Syeikh Ahmad Rifa'i disebut

Thareqat Rifaiyah, (3) Thareqat yang didirikan oleh Syeikh Ahmad Badawi disebut Thareqat Badawiyah, (4) Thareqat yang didirikan oleh Syeikh Ibrahim Al-Qurasyi Al-Dasuqi disebut Thareqat Dasuqiyah. Dari 4 punjer ini akhirnya berkembang menjadi banyak sekali, dan masing-masing thareqat namanya disesuaikan dengan pendirinya atau daerah tempat tinggalnya. Misalnya:

- Thareqat Naqsyabandiyah, didirikan oleh Syeikh Muhammad Bahauddin Syah Naqsyaband.
- Thareqat Ba 'Alawy, didirikan oleh Syeikh Muhammad Bin Ali Ba 'Alawy.
- Thareqat Syadzaliyah, didirikan oleh Syeikh Abu Hasan Al-Syadzali.
- Thareqat Sanusiyah, didirikan oleh Syeikh Muhammad Bin Ali As-Sanusi.

Di Indonesia, khususnya di kalangan Orgnaisasi Nahdhatul Ulama (NU), ada 44 thareqat bernaung di bawahnya yang disebut "Thariqah Mu'tabarah" yaitu: 1. 'Umariyyah, 2. Naqsyabandiyyah, 3. Qodiriyyah, 4. Syadzaliyyah, 5. Rifa'iyyah, 6. Ahmadiyyah, 7. Dasuqiyyah, 8. Akbariyyah, 9. Maulawiyyah, 10. Kubrowiyyah, 11. Akhawardiyyah, 12. Khalwatiyyah, 13. Jalwatiyyah, 14. Bakdasyiyyah, 15. Ghazaliyyah, 16. Rumiyyah, 17. Sa'diyyah. 18. Chistiyyah, 19. Sya'baniyyah, 20. Kalsyaniyyah, 21. Hamzawiyyah, 22. Bairumiyyah, 3. Usysyaqiyyah, 24. Bakriyyah, 25. Idrusiyyah, 26. Utsmaniyyah, 27. Alawiyyah, 28. Abbasiyyah, 29. Zainiyyah, 30. Sawiyyah, 31. Buhuriyyah, 32. Haddadiyyah, 33. Ghaibiyyah, 34. Hodliriyyah, 35. Syathoriyyah, 36. Bayumiyyah, 37. Malamiyyah, 38. Uwaisiyyah, 39. Idrisiyyah, 40. Akabiral Auliyyah, 41. Matbuliyyah, 42. Sunbuliyyah, 43. Tijaniyyah, 44. Samaniyyah.

Jumlah thareqat tersebut merupakan wadah, dan tidak kesemuanya ada di Indonesia. Thareqat Naqsyabandiyyah, Qodiriyyah dan Syathariyyah banyak berkembang di Indonesia. Sedang Thareqat Syadzaliyyah, Tijaniyyah dan Samaniyyah hanya ada di sebagian daerah saja. Adapun selain itu mungkin ada di Indonesia namun tidak berkembang, atau mungkin berkembang tetapi dengan kesamaan nama (Muktamar Thareqat Nahdlatul Ulama 1957-2005M)

Munajat Atau Meditasi?

Ada beberapa kawan kita yang menganggap bahwa sebuah cara atau ilmu dianggap haram dan tidak boleh diamalkan karena tidak ada dalam ajaran agama Islam. Padahal kita tahu, sifat ilmu adalah netral dan universal. Semua ilmu berasal dari Allah, karena Allah yang mengajarkan semua nama-nama kepada Adam. Sebuah ilmu aslinya tidak terkait dengan agama tertentu dan bukan rangkaian ibadah yang sudah ditetapkan caranya.

Perbedaan ilmu dan ibadah adalah, kalau ilmu bisa ditemukan dan diciptakan oleh manusia melalui percobaan, pengamatan, penelitian atau pengalaman. Sedangkan ibadah (ibadah mahdhah) ditetapkan oleh wahyu, aturan dan caranya tidak boleh diubah-ubah, sudah ditentukan oleh wahyu.

Penemuan sebuah ilmu semestinya membuat orang yang menemukan itu semakin mengagumi dan mengakui kebesaran Allah. Karenanya, para ilmuwa adalah mereka yang sesungguhnya sangat takut, kagum kepada Allah, dan menggantungkan kekuasaan kepada Allah. Ilmu

yang diperolehnya digunakan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Ilmuwan semacam inilah yang diberikan penghargaan oleh Allah sebagaimana firman-Nya dalam Qur'an Surah Al-Mujadalah/58 ayat 11:

> Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Secara umum, ilmu dan teknologi bebas dari agama dan bebas dari hukum. Hanya manusianya yang akan dikenai hukum. Kalau manusia menggunakan untuk perbuatan jahat, maka manusianyalah yang jahat. Kalau untuk menolong dan memperbaiki umat dan kemaslahatan dunia, maka orang yang menciptakan akan mendapatkan pahala, dan orang yang mengamalkan akan memperoleh kebaikan untuk dirinya. Dalam hal ini Allah berfirman dalam Qur'an Surah Al-Qashash/28 ayat 84:

> Barangsiapa yang datang dengan (membawa) kebaikan, maka baginya (pahala) yang lebih baik daripada kebaikannya itu; dan barangsiapa yang datang dengan (membawa) kejahatan, maka tidaklah diberi pembalasan kepada orang-orang yang telah mengerjakan kejahatan itu, melainkan (seimbang) dengan apa yang dahulu mereka kerjakan.

Banyak ilmu yang nama dan istilahnya tidak ada dalam sebuah agama. Jangan karena tidak disebutkan atau tidak dijelaskan namanya di dalam ajaran agama, lalu kita menghukumkan ilmu itu haram. Agama Islam, pokok-pokoknya memang lengkap dan sempurna, tetapi bukan berarti tidak boleh melakukan ijithad untuk mendapatkan hal-hal baru yang tidak masuk dalam wilayah agama. Ketahuilah, bahwa sebelum Islam datang, sudah ada ajaran dan banyak ilmu sudah ditemukan oleh berbagai kalangan. Selagi Islam tidak melarang dengan nash yang nyata, maka hukum ilmu itu tetap berlaku. Kaidah fikih menyatakan: ***Al-Ashlu fil Asy-ya' Al-Ibahah,*** asal dalam segala sesuatu adalah mubah (boleh), kecuali ada larangan. Karena banyak ilmu-ilmu terdahulu yang tidak disebutkan larangannya, maka itu berarti dihukumkan boleh.

Meditasi misalnya. Meditasi merupakan sebuah ilmu yang sudah ada sejak ratusan tahun sebelum Islam datang, di Indonesia sudah ada sejak zaman animisme dan dinamisme. **Meditasi** adalah praktik relaksasi yang melibatkan pelepasan pikiran dari semua hal yang menarik (nafsu), membebani, maupun mencemaskan dalam hidup sehari-hari. Meditasi adalah kegiatan mental terstruktur, dilakukan selama jangka waktu tertentu, untuk menganalisis, menarik kesimpulan, dan mengambil langkah-langkah lebih lanjut untuk menyikapi, menentukan tindakan atau penyelesaian masalah pribadi, hidup, dan perilaku. Dengan kata lain, meditasi melepaskan kita dari penderitaan pemikiran baik dan buruk yang sangat subjektif yang secara proporsional berhubungan langsung dengan kelekatan kita terhadap pikiran dan penilaian tertentu.

Waktu itu meditasi dilakukan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan, untuk mendapatkan ketenangan diri,

untuk melatih ketajaman pikiran, mengasah sensifitas dan ketajaman indra keenam, dan sekaligus untuk kebugaran diri. Ketika mereka bermeditasi, mereka membaca mantra dan mengagungkan Tuhan mereka. Sekarang kalau kita menggunakan istilah itu – karena kita sudah terlanjur akrab dengan kata itu – maka kita ganti muatannya dengan unsur Islami. Mantra adalah bahasa Sanskerta, artinya adalah kata-kata sugesti dan berisikan pujian kepada Tuhan. Apakah dilarang kata-kata sugesti dan pujian kepada Tuhan. Kalau kita tidak mau menggunakan kata sugesti atau pujian kepada Tuhan karena berkonotasi "mantra", kita ganti saja dengan zikir atau doa.

Nama **Meditasi** boleh diganti dengan nama "Munajat." Kalau meditasi dilakukan untuk berfokus dan menarik pada subyek tertentu, maka "Munajat" juga bisa dilakukan untuk memfokuskan pikiran dan menarik subyek tertentu. Siapapun Anda yang punya tujuan dan harapan pada hal-hal tertentu, Anda bisa melakukan munajat, berdialog kepada Allah meminta dihadirkan. Dalam thareqat kita mengenal ada:

- Munajat Kehadiran Allah - menginginkan kehadiran Allah.
- Munajat Cinta - menginginkan cinta atau menyinati sesuatu.
- Munajat Mengatasai Masalah – menginginkan terbebas dari masalah.
- Munajat Mi'rajul Arifin – menginginkan punya sepiritual yang tinggi.

Kalau tetap menggunakan nama Meditasi, juga tidak apa-apa. Rasulullah Saw ketika sedang menyendiri di goa Hira' sesungguhnya melakukan hal yang demikian, terlepas

apa namanya. Meditasi kita lakukan untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan menzikirkan kalimat-kalimat thayyibah, apa tidak bagus itu? Namanya tetap sama, tetapi muatannya diganti dengan muatan Islami.

Janganlah Anda terjebak pada istilah yang mungkin tidak "Islami" lalu Anda kehilangan toleransi. Tidak semua istilah yang datang dari luar Islam bertentangan dengan Islam.

Tahukan Anda bahwa istilah "Shalat" siapa yang menggunakan sebelum Rasulullah? Shalat dulu sebelum Islam datang adalah sebuah nama ibadah yang di dalamnya ada ***siulan dan tepuk tangan*** yang dilakukan kaum musyrikin Makkah, seperti disebutkan dalam Surah Al-Anfal/8 ayat 35:

وَمَا كَانَ صَلَاتُهُمْ عِنْدَ الْبَيْتِ إِلَّا مُكَاءً وَتَصْدِيَةً

"Shalat mereka di sekitar Baitullah itu, lain tidak hanyalah siulan dan tepukan tangan."

Sebelum Islam datang, mereka melakukan ibadah dengan bertepuk tangan dan bersiul di sekitar Baitullah. Ibadah ini disebut "Shalat". Ketika Islam datang, kata "Shalat" tetap digunakan sebagai nama ibadah, tetapi isinya diganti, yaitu dengan perbuatan dan ucapan yang diawali dengan takbir dan diakhiri salam dengan cara-cara yang sudah ditentukan.

Hal ini sama juga dengan kata **"sembahyang"** di Jawa. Sebelum Islam, orang sudah menggunakan sembahyang untuk ibadah. Dan ketika Islam masuk, maka kata sembahyang tetap dipakai sebagai sebuah nama ibadah,

tetapi muatannya diganti dengan perbuatan dan ucapan yang diawali dengan takbir dan diakhiri salam dengan cara-cara yang sudah ditentukan. Maka di sinilah, betapa bijaknya ajaran Islam. Istilah-istilah yang sudah berlaku tetap dipergunakan sebagai bahasa rakyat, tetapi muatannya diganti dengan muatan Islami, seperti budipekerti (akhlak), padepokan (majliis zikir), dan sebagainya.

Sekali lagi, maaf....! Meditasi adalah sebuah istilah yang sudah mendunia. Sebaiknya Anda tidak mempersoalkan asal-usulnya, tetapi gunakan sebagai cara untuk mengantarkan diri agar bisa beribadah dengan khusyuk, gunakan sebagai media untuk memproses zikir dan doa agar menjadi energi yang dahsyat, gunakan sebagai wasilah untuk menyelaraskan diri dengan alam semesta agar Anda bisa hidup seimbang. Ingatlah selalu, bahwa Islam selalu berpesan agar hidup seimbang. Sungguh teramat banyak manfaat yang bisa kita dapatkan dari meditasi atau munajat.

Dr. Herbert Benson, seorang ahli jantung dari Universitas Harvard, adalah orang pertama yang dengan penuh keyakinan menggabungkan manfaat meditasi dengan pengobatan gaya barat. Secara ilmiah, ia menjelaskan manfaat-manfaat dari meditasi yang telah dipraktikkan orang selama berabad-abad. Manfaat meditasi di antaranya:

- Apabila Anda secara rutin melakukan meditasi, organ-organ tubuh dan sel tubuh akan mengalami keadaan baik dan bekerja lebih teratur.
- Mampu mengatur dan mengendalikan orang lain serta memaafkannya.
- Mampu mengerti orang lain dan memaafkannya.
- Selalu bertekun dalam hidup yang baik, sebagai pembawa berkat bagi sesama.

- Mampu menerima suka dan duka, kesulitan, dan kebaikan hidup dengan baik.

Relaksasi dan Pernafasan

Adalagi sebuah kegiatan yang dinamakan Relaksasi dan Pernafasan. Istilah ini saya yakin juga tidak ada disebutkan dalam nash agama Islam. Relaksasi bahasa Arabnya: ***Il-Istirkha'***. "Pernafasan Dalam" bahasa Arabnya: ***At-Tanaffus Al-'Amiiq***. Sungguh pun kita belum menemukan istilahnya dalam Islam, tetapi umat Islam telah terbiasa melakukannya, dan Islam tidak melarangnya.

Rasulullah Saw selalu membuat diri lepas dari urusan dunia setiap hendak mendirikan shalat. Beliau ciptakan suasana batin yang benar-benar rileks sebelum beribadah. Beliau buat diri tenang saat menghadapi problem keumatan. Karena hanya dengan ketenangan, pikiran bisa bekerja. Saat menghadapi perang, seperti yang dikatakan oleh Ali, beliau sangat rileks/tenang sambil munajat dan berzikir. Ketenangan jiwa dan kedamaian selalu beliau ciptakan sendiri, yang berarti Rasulullah melakukan relaksasi.

Rileks bagi Rasulullah Saw merupakan kondisi diri yang amat penting untuk memperkuat diri dan menyiapkan diri menyambut sebuah tugas. Wahyu Allah pun diturunkan kepada Rasulullah saat beliau sedang sangat rileks. Ketegangan membuat pikiran tertutup dan hati tidak jernih. Saat Rasulullah Saw sedang tegang, wahyu tidak kunjung turun. Saat Rasulullah Saw dilanda masalah "hadis Al-Ifki" yaitu berita kebohongan kaum munafik yang menuduh Aisyah "bermain" dengan laki-laki lain, beliau sempat tegang cukup lama, hingga wahyu tidak

kunjung turun. Setelah beliau rileks, barulah Jibril datang membawa wahyu.

Kata "Tanaffus" yang artinya bernafas, kita temukan dalam Qur'an Surat At-Takwir/81 ayat 18:

وَالصُّبْحِ إِذَا تَنَفَّسَ

Demi waktu subuh bila telah bernafas.

Para ahli tafsir menjelaskan bahwa waktu subuh adalah waktu yang penuh berkah. Di waktu itu alam semesta sedang dalam suasana yang sangat segar, mencapai puncak energinya. Alam semesta diibaratkan waktu subuh yang sedang bernafas. Maknanya adalah bahwa alam semesta pun sedang menyerap energi dan membuka kegelapan malam, melepaskan beban dan membersihkan kotoran. Di saat itu udara sangat bersih, oksigen sedang dalam volumenya yang sangat sempurna. Karena itu pula, maka meditasi atau munajat yang paling bagus adalah setelah lewat tengah malam hingga waktu subuh.

Waktu subuh diibarakan manusia yang bernafas. Hanya dengan bernafas kita bisa hidup dan mendapatkan energi. Energi vital kita dapatkan pada saat kita tidur. Pada saat kita tidur, dalam keadaan tidak sadar, kita menyerap energi alam semesta. Energi yang kita serap saat tidur itu kadang tidak cukup untuk menopang aktivitas sehari-hari. Karena itu kita perlu menyerap energi yang lebih banyak dari semesta alam melalui relaksasai meditasi.

Energi vital didapatkan ketika kita sedang tidur dan ketika kita melakukan relaksasi meditasi.

Relaksasi adalah suatu cara untuk menenangkan fisik, pikiran dan jiwa dari hiruk pikuk kehidupan sehari-hari. Relaksasi selalu dibarengi dengan pengaturan nafas. Dengan relaksasi kita bisa menenangkan jiwa, meredam emosi dan mengendurkan semua otot dan urat saraf. Pikiran atau otak yang lelah dibuat tenang dan otot yang tegang dibuat relaks. Jika seseorang melakukan relaksasi dengan baik, maka puncaknya dia mendapati fisiknya segar, pikirannya tenang, dan otaknya menyala kembali. Dan pada akhirnya, orang itu akan kembali bergairah untuk menjalankan tugasnya. Dan inilah yang dirasakan oleh Rasulullah saat shalat, sehingga setiap kali masuk waktu shalat, beliau selalau bersabda kepada Bilal: "Buatlah aku rileks hai Bilal."

Energi Pernapasan Tidak Bisa Didapat Dari Apapun dan Siapapun

Manfaat pernafasan sungguh sangat luar biasa. Harun Yahya Ilmuwan Muslim abad ini menyebutkan bahwa **"pernafasan dalam"** memang menakjubkan dan mengandung mukjizat. Orang-orang Cina dan Jepang sudah melakukan senam pernafasan (nafas dalam) ini sudah berabad-abada lamanya. Sementara orang-orang barat baru saja mengetahuinya. Para peneliti dan para pakar kedokteran barat menyatakan bahwa pernafasan yang dibarengi dengan relaksasi diakui sebagai bagian pengobatan komplementer yang melengkapi prosedur pengobatan yang berlaku.

Diketahui bahwa saat bernafas biasa, paru-paru terdiri dari lebih kurang 500 juta sel, menyerap oskigen (O2) yang

berguna bagi tubuh dari udara dan membuang karbon dioksida (CO2) yang membahayakan tubuh. Oksigen yang masuk sebesar 70 % akan dialirkan ke seluruh tubuh melalui darah dan 30 % tetap berada di dalam paru-paru.

Pada saat kita melakukan pernafasan dalam, kita meningkatkan pemasokan oksigen lebih banyak, dan menyalurkannya lebih dari 90 %. Begitu pula saat kita menghembuskan nafas, kita membuang karbon dioksida (racun) lebih banyak. Sementara itu gerakan katup paru-paru bisa meningkat 5 kali lipat. Gerakan ini dibarengi dengan mengembangkan dan mengempiskan otot-otor perut, merangsang dan menguatkan pencernaan, menambah kuatnya peredaran darah ke seluruh tubuh, sehingga bisa menurunkan tekanan darah, mengurangi kadar detak jantung dan menyeimbangkan gula darah.

Secara umum manfaat pernafasan dalam antara lain ialah:

1. Memasukkan oksigen ke dalam tubuh.
2. Jantung bisa mengalirkan darah dengan kuat.
3. Membersihkan aliran darah dari kotoran (detoksi), lebih cepat 15 kali daripada bernafas biasa.
4. Mencegah kekejangan arteri, mengurangi resiko jantung koroner.
5. Menyelaraskan darah pada bagian-bagian vena yang lemah, sehingga tidak mengalami beban.
6. Membersihkan darah dari racun yang masuk bersama protein dan keasaman darah. Memperkuat kerja limpa, yaitu memproteksi darah dari masuknya racun atau benda asing yang menghancurkan darah merah.
7. Menambah sel-sel darah putih yang menjadi daya kekebalan tubuh.
8. Mengurangi risiko terkena kanker.

9. Memperbaharui sel-sel tubuh dan membuang sel-sel yang mati.
10. Memberikan kekuatan pada fisik dengan membakar lemak yang tersimpan dalam tubuh.
11. Mengangkat beban dalam menghadapi masalah. Karena jantung ketika dalam keadaan takut dan stres mengalirkan darah dengan cepat. Dan itu memerlukan oksigen yang lebih banyak untuk menenangkannya.
13. Membangkitkan gairah dan semangat baru. Menjadi kunci pembuka pikiran untuk sukses.
14. Memberikan asupan oksigen pada darah yang mengalir ke otak, sehingga otak bisa bersemangat, tambah dan kuat daya ingatnya, tambah daya fahamnya, tambah daya serapnya.
15. Oksigen yang masuk akan memproduksi zat indorfin dan seretonim yang membuat tenang, mengusir ketegangan dan menghilangkan rasa sakit tubuh.
16. Menurunkan marah 3 kali lipat saat menghadapi provokasi. Jika Anda terbakar oleh kabar yang tidak sedap, mendengar fitnah atau cerita yang mengganggu privasi Anda, segerlah bangkit dan ambil napas panjang lalu hembuskan, lakukan beberapa kali, Anda akan mampu mengendalikan emosi.
17. Menyetel aliran darah ke otak sehingga menghilangkan migren, dan menurunkan tekanan darah.
18. Membuat rileks, sehingga mampu mengantarkan pada tidur yang nyenyak.
19. Memperbaikikesehatanfisikdanmental.Menyelaraskan antara fungsi fisik dan akal.
20. Membuang karbon sisa-sisa metabolisme lebih banyak dan membuang radikal bebas.
21. Memperbaharui energi dalam, sehingga dapat diarahkan untuk keperluan apa saja sesuai dengan

kondisi yang berbeda-beda. Saat Anda capek menghadapi pekerjaan, atau terlalu lama duduk dan berpikir, lakukan pernafasan dalam, Anda akan lepas dan kembali bersemangat.

22. Memberikan sentuhan cahaya pada wajah. Jika Anda sedang bete, atau suntuk, amblillah nafas panjang, tahan dan hembuskan, wajah Anda akan cerah kembali. Begitu juga saat Anda sedang merasa malu karena salah tingkah dll, lakukan pernafasan dalam.
23. Memberikan keberanian dan kekuatan saat menghadapi persaingan, misalnya dalam pertandingan olah raga dan sebagainya.
24. Membebaskan dari bau mulut yang tidak sedap.
25. Memberikan kekuatan atau tambahan daya tahan kepada wanita hamil yang hendak melahirkan. Juga membantu wanita menyusui, bisa menenangkan bayi dan membebaskan dari terkejut.
26. Mengurangi rasa sakit.
27. Membantu mempercepat penyembuhan.
28. Membantu fisik tidak cepat tua.
29. Melapangkan dada yang sesak karena himpitan masalah.
30. Membantu suara mudah keluar, dan bahkan membuat bersuara bagus.

Walhasil. Tidak ada makanan, tidak ada tablet atau vitamin yang bisa menandingi apa yang dihasilkan oleh pernafasan dalam. Pada tempatnya nanti akan dijelaskan cara melakukan pernafasan dalam berikut teknik-tekniknya dan juga manfaat lain yang berkaitan dengan pembukaan bashirah dan pemberdayaannya untuk melipatgandakan kesuksesan. (Baca Bab Teknologi Pemberdayaan Bashirah)



MANUSIA DAN BASHIRAH

"Dan ingatlah hamba-hamba Kami, yaitu Ibrahim, Ishaq dan Ya'qub! Mereka adalah orang-orang yang mempunyai karya-karya yang besar dan bashirah yang menakjubkan" (QS. Shad/28: 45)

Makhluk hebat yang satu ini tidak disebut manusia karena fisiknya. Dia disebut manusia karena jatidirinya, yaitu roh, jiwa, dan akalnya. Menurut Prof. Dr. Ahmad Syauqi Ibrahim, definisi manusia adalah: Makhluk hidup yang berakal; tidak berwujud fisik; bersifat kekal – tidak bisa mati – karena rohnya kekal; dan tidak terbatas oleh waktu." Manusia bukanlah fisiknya. Fisik itu adalah raga manusia.

Manusia sejati adalah jatidiri yang senantiasa sadar, berakal, hidup kekal, serta bersifat nonfisik. Ketika jatidiri yang tidak berwujud fisik ini dikehendaki oleh Allah untuk hidup di dunia, Allah pun memberinya kendaraan berupa fisik, yang pas dengan medan dan kondisi lingkungan hidup di dunia. Apabila fisik yang berwujud materi tersebut mati, raga itu pun kembali menjadi tanah, asal penciptaannya. Sebab, ia adalah tanah yang akan kembali ke tanah.

Sungguhpun demikian, fisik harus diberikan hak. Jasad punya hak untuk mendapatkan makanan yang enak-enak, punya hak untuk menikmati indahnya dunia, punya hak untuk disayang dan menyangi, punya hak untuk dihormati dan dimuliakan, punya hak untuk meraih mimpi dan keinginan. Sekalipun, jiwa dan akalnya tidak berfungsi, raga manusia tetap harus dihormati dan diberikan hak. Bahkan sekalipun sudah ditinggalkan oleh roh, jiwa dan akal, jasad tetap harus dihormati. Itu sebabnya Islam memberikan pelayanan pada jasad yang sudah berpisah dari roh, yaitu dimandikan, dikafankan, dishalatkan dan dimakamkan.

Lalu bagaimana dengan firman Allah yang menginformasikan tentang penciptaan manusia dari tanah seperti ayat berikut ini?

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن طِينٍ ثُمَّ قَضَىٰ أَجَلًا ۖ وَأَجَلٌ مُّسَمًّى عِندَهُ ۖ ثُمَّ أَنتُمْ تَمْتَرُونَ

Dialah Yang menciptakan kamu dari tanah, sesudah itu menentukan ajal, dan ada lagi suatu ajal yang ada pada sisi-Nya (yang Dia sendirilah mengetahuinya), kemudian kamu masih ragu-ragu. (QS. Al-An'am/6: 2)

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ ۖ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ مِن طِينٍ

Dialah yang membuat indah segala sesuatu yang telah dicipatakan. Dan Dialah yang memulai penciptaan manusia dari tanah (QS. As-Sajdah/32: 7)

Jawabnya adalah bahwa, manusia tidak diciptakan dari tanah kering ataupun tanah liat. Hanyalah raga manusia yang diciptakan dari tanah kering bumi ini, juga air; lantas campuran air dan tanah kering itu pun menjadi tanah liat. Ayat Al-Qur'an tersebut hanya mengungkapkan sebagian, yakni "raga manusia", dengan menyebutkan kata yang lebih universal, yakni "manusia." Ini adalah ungkapan sastra yang sangat dahsyat, yang dalam Ilmu Balaghah disebut *"ithlaqul kull wa urida bihi al-juz"* (mengungkapkan bentuk keseluruhan tetapi yang dimaksud adalah sebagian). Jadi, Allah Swt berfirman tentang raga manusia dengan menggunakan kata "manusia", sementara kata "raga" itu sendiri dihilangkan. Inilah hakikat ilmiah yang baru

ditemukan oleh para ulama kontemporer setelah mereka merenungkan makna ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis Nabi Saw.

Selanjutnya Prof. Dr. Ahmad Syauqi Ibarahim menjelaskan bahwa roh, dialah yang menyebabkan manusia hidup kekal di akhirat. Roh memancarkan cahaya yang memancar di hadapan dan sebelah kanan manusia, baik di dunia maupun di akhirat. Karenanya, roh adalah kebaikan yang mutlak.

Jiwa mengandung aneka hasrat, baik yang terpuji maupun yang tercela, suatu ketika menjadi takwa dan di saat yang lain menjadi fujur, adakalanya menyuruh kepada yang baik dan pada saat yang lain menyuruh yang buruk. Jiwalah yang merasakan semua yang dilakukan manusia, merasakan nikmat atau tidak, merasakan senang atau sedih, merasakan bahagia atau menderita. Jiwa inilah nanti yang dihisab dan akan mengalami proses meninggal dunia dan memberikan pertanggung jawaban di hadapan Allah. Karena itu, hanya jiwa yang damailah yang dipanggil Allah dengan penuh keridhaan (kesenangan). Allah berfirman:

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ. ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي. وَادْخُلِي جَنَّتِي

Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama›ah hamba-hamba-Ku, masuklah ke dalam surga-Ku. (QS. Al-Fajr/89: 27-30)

Sedangkan akal, dia hanya mengarahkan jiwa dan memberikan pilihan alternatif serta memberitahu mana yang baik dan mana yang buruk, mana yang boleh dan mana yang haram. Jadi, akal merupakan penyebab manusia diberikan tanggung jawab dan diberikan larangan (taklif). Karenanya, manusia yang tidak berakal tidak diberikan taklif dan tidak dihisab pada hari Kiamat.

Dengan begitu, jelaslah bahwa manusia adalah makhluk yang sesungguhnya sangat gaib. Siapa yang bisa mengatakan roh itu nampak, siapa yang bisa menunjukkan jiwa itu nampak, dan siapa yang bisa memberitahu seperti apa akal atau pikiran itu? Sementara itu, kita juga dihadapkan pada hal-hal yang gaib, bahkan sembilan puluh persen kita hidup di tengah-tengah alam gaib. Rezeki kita gaib, masa depan kita gaib, besok gaib, apa yang kita harapkan juga gaib. Yang gaib tidak bisa diakses kecuali jika kita menyelaraskan diri dan meyakini dengan yang gaib.

Karena itu, sangat penting kita membuka diri dan membuka bashirah. Kita buka dan kita eklsplorasi, lalu kita sinergikan dengan energi alam semesta yang telah dianugerahkan semuanya oleh Allah kepada manusia. Dengan bashirah kita lipatgandakan keberhasilan hidup dunia dan akhirat. Dengan bashirah kita akan mengakses dan menarik energi yang gaib untuk kesadaran tertinggi kita. Insya Allah, kita akan bisa memberdayakannya nanti ketika kita sudah memahami bashirah kita masing-masing.

Setiap Manusia Punya Bashirah

Sesungguhnya Anda tidak pantas berputus asa ketika

menghadapi sebuah masalah yang tidak kunjung terselesaikan. Tidak selayaknya Anda menyerah sebelum mengerahkan segala daya dan upaya. Tidak semestinya Anda menyerahkan nasib Anda kepada orang lain. Tidak seyogyanya Anda menyalahkan pihak lain, apalagi sampai menyalahkan Tuhan. Janganlah belum apa-apa sudah menyerahkan urusan kepada Tuhan, lalu tidak bergerak sama sekali. Janganlah kita "menyuruh-nyuruh" Tuhan. Memulai saja belum, kok sudah pasrah. Bergerak saja belum, kok sudah menyerah. Anda boleh - bahkan harus - pasrah kalau Anda sudah maksimal melakukan usaha. Anda boleh mengadu kepada Allah, kalau Anda sudah tinggal selangkah masuk jurang. Anda boleh berterik kepada Tuhan kalau Anda sudah bergelayutan dengan seutas akar pohon hendak jatuh di tebing curam. Kalau berdoa? Ya, memang itu yang harus Anda lakukan sebelum Anda memulai segalanya, dan terus berdoa sambil melakukannya.

Mengapa? Karena Anda sudah disiapkan oleh Allah untuk menjadi makhluk yang paling hebat. Lihatlah postur tubuh Anda, dari ujung rambut sampi ke ujung kaki, semuanya dipersiapkan untuk menundukkan alam semesta, mengakses langit dan bumi beserta isinya. Bercerminlah, tatap satu persatu anggota tubuh Anda. Semuanya disiapkan oleh Allah sebagai kendaraan roh, jiwa dan akal untuk menundukkan ciptaan Allah di alam semesta.

Oke, umpamakanlah kulit Anda tidak sekuat tembaga, kepala Anda tidak sekeras batu, otot Anda tidak sekuat baja, mata Anda tidak setajam sinar laser, telinga Anda tidak selebar tampah, hidung Anda tidak sepanjang selang penyedot air dan kekuatan Anda tidak sekuat gajah. Tetapi Allah telah memberikan roh, jiwa dan akal kepada Anda.

Roh, jiwa dan akal inilah yang menjadi jatidiri manusia. Dan kepadanya diturunkan sebuah "alat" yang sangat dahsyat, yaitu "**bashirah**." Allah berfirman:

بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ

Bahkan setiap manusia itu atas dirinya ada bashirah (QS. Al-Qiyamah/75: 14)

قُلْ هَٰذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَىٰ بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي
وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ

Katakanlah: "Inilah jalanku, aku dan orang-orang yang mengikutiku mengajak kepada Allah dengan bashirah. Maha suci Allah, dan aku bukanlah termasuk orang-orang yang musyrik" (QS. Yusuf/12: 108)

قَدْ جَاءَكُمْ بَصَائِرُ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ
عَمِيَ فَعَلَيْهَا وَمَا أَنَا عَلَيْكُمْ بِحَفِيظٍ

Sesungguhnya telah datang dari Tuhanmu bashirah. Barangsiapa yang menggunakan bashirah, dia akan mendapatkan manfaat untuk dirinya. Dan barangsiapa yang buta bashirahnya, dia akan mendapatkan mudharat bagi dirinya. Dan aku (Muhammad) tidaklah menjadi pemelihara kamu (QS. Al-An'am/6: 104)

هَٰذَا بَصَائِرُ مِنْ رَبِّكُمْ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ

Ini adalah bashirah dari Tuhanmu, petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman (QS. Al-A'raf/7: 203)

هَٰذَا بَصَائِرُ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِقَوْمٍ يُوقِنُونَ

Ini adalah bashirah bagi manusia, petunjuk dan rahmat bagi kaum yang meyakini (QS. Al-Jasiyah/45: 20)

Para Nabi dan Rasul memiliki bashirah yang dahsyat. Dengan bashirah itu mereka banyak berbuat dan meninggalkan jejak kebaikan untuk umat. Bashirah itulah yang menjadi kekuatan atau energi bagi para Nabi dan Rasul serta orang-orang yang menjalankan misi kekhalifahan. Nabi Ibarahim, Ishak dan Ya'qub adalah contoh orang-orang yang memiliki bashirah. Allah berfirman:

وَاذْكُرْ عِبَادَنَا إِبْرَاهِيمَ وَإِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ أُولِي الْأَيْدِي وَالْأَبْصَارِ

Dan ingatlah hamba-hamba Kami, yaitu Ibrahim, Ishaq dan Ya'qub! Mereka adalah orang-orang yang mempunyai karya-karya yang besar dan bashirah yang menakjubkan (QS. Shad/28: 45)

Dengan bashirah itu, Anda bisa meraih sukses yang berlipatganda. Kulit Anda bisa punya kemampuan sekuat tembaga. Kepala Anda bisa punya kekuatan sekuat batu. Otot Anda bisa punya kemampuan sekuat baja. Mata Anda bisa melihat sejauh mata memandang. Telinga

Anda bisa punya kemampuan mendengar informasi yang tak disampaikan oleh media. Hidung Anda bisa punya kemampuan mencium dari jarak jauh sekian kilometer. Anda akan punya daya tangkap yang tinggi dan cerdas, seperti yang dikatakan dalam bahasa populernya **Extrasensory Perception** (ESP).

Arti Bashirah Menurut Para Ahli Tafsir

Betapa luasnya makna bashirah. Keluasan makna ini menunjukkan betapa bashirah merupakan "alat" atau sebuah sistem yang menentukan kualitas hidup manusia. Sukses atau gagal, selamat atau celaka, menang atau kalah, mulia atau hina, kuat atau lemah, dan seterusnya, semuanya tergantung bashirah. Mari kita caritahu makna Basirah dari Kamus Al-Maani! Disebutkan bahwa "Bashirah" bermakna:

1. Kekuatan untuk menemukan (قوة الإدراك)
   Artinya, bahwa bashirah adalah kekuatan untuk menemukan segala sesuatu yang belum ada dan tidak ada. Bashirah punya kemampuan untuk menemukan yang gaib.

2. Kepercayaan hati (إعتقاد القلب)
   Artinya, bashirah adalah kepercayaan hati tentang kebenaran, walau belum melihatnya.

3. Kecerdasan (فطنة)
   Artinya, bashirah adalah kecerdasan yang terbangun secara cepat dan tepat dari rangkaian informasi masa lalu, masa kini dan masa datang, dan menjadi keahlian.

4. Makrifat kepada Allah (معرفة).
   Artinya, bashirah adalah ketinggian spirutual dan pengetahuan yang mendalam tentang Allah. Dengan

bashirah, seseorang manjadi sangat arif, bijaksana dan mampu meraih ***transendensi***, menembus ruang dan waktu.

5. Keyakinan (يقين)
   Artinya, bashirah adalah kepercayaan secara totalitas. Keyakinan pada sesuatu yang belum ada, akan mengantarkan pada sesuatu itu menjadi ada.

6. Argumen (حجة).
   Artinya, bashirah adalah dalil atau argumen yang tidak dibantah oleh pikiran. Orang yang bashirahnya terbuka, dia berdalil dengan apa yang diyakini hatinya.

7. Pikiran (عقل).
   Artinya, bashirah adalah pikiran untuk melakukan penyelarasan secara benar dan tepat. Dengan pikiran seseorang mampu melakukan hal-hal yang luar biasa, termasuk menyelaraskan diri dengan segala sesuatu di luar dirinya.

8. Paparan (عبرة)
   Artinya, bashirah adalah paparan tentang hal-hal kongkrit untuk dilakukan atau tidak dilakukan, sekaligus memberikan gambaran tentang untung dan ruginya.

9. Menyaksikan (شاهد)
   Artinya, bashirah adalah melihat dengan sangat nyata. Dengan bashirah seseorang menyaksikan kebenaran, sehingga tidak tertipu. Bashirah akan mewujudkan harapan menjadi nyata.

10. Jendela menembusa segala sesuatu yang tersembunyi (نافذ إلى خفايا الأشياء)
    Artinya, bashirah adalah media untuk bisa melihat hal-

hal yang tersembunyi di balik yang nyata. Bashirah adalah pintu masuk ke mana saja, kunci untuk membuka apa saja. Dengan bashirah, seseorang bisa mengetahui hal-hal yang gaib dan luput dari jangkauan pancaindra, bisa berkelana tanpa fisik. Jalan tembus ke mana saja.

Al-Alusi menjelaskan dalam tafsirnya:

> "Bashirah adalah kekuatan hati yang bisa menemukan segala sesuatu."
> "Menurut ahli teologi, bashirah adalah tempatnya kekuatan manusia."
> "Menurut ahli makrifat, bashirah lebih tinggi daripada cahaya."

Sayyid Qutub dalam tafsirnya menjelaskan:

> "Jika bashirah terbuka, maka yang tertutup akan menjadi jelas. Alam semesta bisa menjadi sangat jelas dan nyata sepanjang mata memandang."

Al-Qusyairi dalam tafsirnya:

> "Bashirah, pemiliknya akan dikawal dengan hidayah secara lahiriah, dibukakan mata batinnya, sehingga bisa melihat hakikat yang tersembunyi."
> "Bashirah memancarkan matahari irfan (pengetahuan tetang rahasia), sehingga tidak ada yang tersembunyi."
> "Cahaya bashirah yang telah bekerja akan membuka semua dugaan."

Ibnu Adil menjelaskan dalam tafsirnya:

> "Orang beriman selalu bergerak dalam lima cahaya bashirah.
> Ucapannya adalah cahaya, menjadi energi yang mengantarkan dan menarik kebaikan. Amalnya adalah cahaya, menjadi energi yang mendatangkan keajaiban.

Masuknya adalah cahaya, keluarnya adalah cahaya, dan kembalinya adalah cahaya."

Ibnu Qayyim mendefinisikan Bashirah sebagai berikut:

"Cahaya yang dipancarkan oleh Allah kepada hamba-hamba-Nya."

Bashirah Adalah Cahaya Ilahi dan Bisa Menjadi Mata Batin Manusia

Al-Hasil: Bashirah adalah cahaya Ilahi yang menjadi kekuatan atau energi inti manusia. Cahaya atau energi inilah yang membangkitkan semua sel-sel tubuh. Bashirah bisa dikatakan juga "Mata Batin." Dengan bashirah itu manusia mampu mengantarkan dirinya meraih apa yang menjadi tujuannya, baik tujuan dunia maupun tujuan akhirat. Dengan bashirah itu manusia mampu mengakses apa saja yang diinginkan. Dengan bashirah itu, manusia mampu menembus batas, ruang dan waktu. Dengan bashirah, Insya Allah Anda akan bisa meraih apa saja yang Anda inginkan. Dengan bashirah, Anda bisa memberdayakan indra keenam Anda (Baca bab Dahsyatnya Bashirah)

Cahaya adalah gelombang elektromagnet yang tidak memerlukan medium untuk merambat. Kecepatan cahaya adalah 299.792 km per detik. Cahaya adalah energi dahsyat bagi manusia. Dengan energi itu, manusia mampu mencapai tingkat kemuliaan, kebahagiaan, kesejahteraan dan kemakmuran hidup yang tinggi. Dengan energi ini, manusia bisa mengingat masa yang lalu, melihat masa kini, meprediksi dan merencanakan masa yang akan datang.

Seperti kata Ibnu Adil dalam tafsirnya, orang yang hidup bashirahnya, pergerakannya selalu diliputi cahaya, ucapannya adalah cahaya, amalnya adalah cahaya, masuknya adalah cahaya, keluarnya adalah cahaya, dan kembalinya adalah kepada cahaya. Bagi orang yang sudah terbuka dan terlatih sensifitasnya, di saat-saat tertentu ketika sedang relaksasi dan meditasi dia bisa melihat cahaya dan merasakan vibrasinya. Orang lain yang punya kemampuan khusus, dia juga bisa melihatnya.

Cahaya adalah wujud yang mutlak. Dan setiap orang sangat memerlukan cahaya itu. Sebab tanpa cahaya, manusia hidup seperti mayit. Tanpa cahaya, manusia seperti seseorang yang hidup dalam kegelapan dan tidak bisa keluar sama sekali. Allah berfirman:

أَوَمَن كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ
فِي النَّاسِ كَمَن مَّثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا
كَذَٰلِكَ زُيِّنَ لِلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Dan apakah orang yang sudah mati kemudian Kami hidupkan dan Kami berikan kepadanya cahaya yang terang, yang dengan cahaya itu dia dapat berjalan di tengah-tengah masyarakat manusia, serupa dengan orang yang keadaannya berada dalam gelap gulita yang sekali-kali tidak dapat keluar dari pada kegelapan? (QS. Al-An'am/6: 122)

Bashirah adalah cahaya Allah, menjadi energi vital bagi manusia. Cahaya yang sudah ada dalam diri tiap manusia tersebut, masih perlu terus ditambah dengan cahaya-cahaya Allah lain yang sangat banyak. Al-Qur'an adalah cahaya

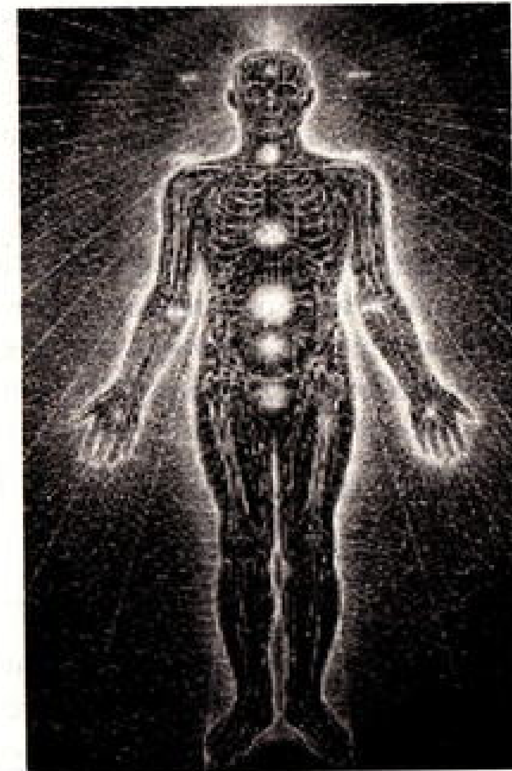
Allah, maka bacalah dia agar cahaya Anda semakin besar, yang berati energi Anda semakin dahsyat. Ilmu adalah cahaya Allah, maka carilah ilmu agar cahaya Anda semakin cemerlang dan energi Anda semakin banyak. Amal shaleh adalah cahaya, maka benyak-banyaklah beramal shaleh. Untuk Anda ketahui, amal shaleh, seperti dikatakan oleh Syeikh Abul Hasan As-Sanadi, akan berubah menjadi lathifah nuraniyah (energi cahaya). Semesta alam adalah cahaya, maka berdamailah dan bersinergilah dengannya agar energi Anda semakin menakjubkan. Kita sangat memerlukan cahaya dan energi dari alam semesta. Karena itulah, maka Rasulullah mengajarkan kita untuk berdoa:

اَللّٰهُمَّ اجْعَلْ فِيْ قَلْبِيْ نُوْرًا وَفِيْ لِسَانِيْ نُوْرًا وَفِيْ بَصَرِيْ نُوْرًا وَفِيْ سَمْعِيْ نُوْرًا وَعَنْ يَمِيْنِيْ نُوْرًا وَعَنْ يَسَارِيْ نُوْرًا وَمِنْ فَوْقِيْ نُوْرًا وَمِنْ تَحْتِيْ نُوْرًا وَمِنْ أَمَامِيْ نُوْرًا وَمِنْ خَلْفِيْ نُوْرًا وَاجْعَلْ لِيْ فِيْ نَفْسِيْ نُوْرًا وَأَعْظِمْ لِيْ نُوْرًا

Ya Allah, jadikan di dalam hati saya ada cahaya, lisan saya ada cahaya, penglihatan saya ada cahaya, pendengaran saya ada cahaya, dari sebelah kanan saya ada cahaya, dari sebelah kiri saya ada cahaya, dari sebelah atas saya ada cahaya, dari sebelah bawah saya ada cahaya, dari depan saya ada cahaya, dari belakang saya ada cahaya, jadikan saya di dalam diri saya sebagai cahaya dan besarkan untuk saya cahaya (HR. Abu Hurairah).

Tubuh Astral atau Aura Manusia

Cahaya yang melingkupi manusia inilah yang kemudian disebut ***Aura***. Yaitu biasan cahaya yang keluar dari tubuh manusia. Aura lebih dikenal dengan biolistrik yang merupakan suatu lapisan yang ada di sekitar tubuh manusia yang digunakan untuk melambangkan kondisi energi, kesucian, kesehatan serta karakter seseorang.



Aura terdiri dari dua bagian yang melapisi tubuh manusia, yaitu:

1. Aura Inti, adalah bagian dalam, disebut **Eterik.**
2. Bias Luar, adalah bagian luar, disebut **Astral.**

Manusia yang paling sempurna cahayanya adalah Rasulullah Saw. Tubuh atau fisik beliau memacarkan aura yang mampu menyilaukan pandangan mata orang yang melihatnya. Sejarah telah mencatatnya, bahwa beliau tidak memiliki bayangan ketika berjalan di tengah terik matahari, beliau tidak mempunyai bayangan ketika berjalan di bawah cahaya bulan purnama.

Mengapa Rasulullah tidak mempunyai bayangan? Karena diri beliau terlau besar cahayanya, sehingga mengalahkan cahaya yang ada di sekitarnya. Dan cahaya tidak mungkin mempunyai bayangan. Rasulullah Saw memang diutus Allah untuk menjadi saksi, memberi kabar gembira, memberikan peringatan, mengajak umat untuk menjadi manusia yang berhasil. Untuk tugas itulah, Allah memberikan cahaya pada Rasulullah. Lalu cahaya itu ditebarkan kepada umat manusia agar mereka meraih kehidupan yang penuh rahmat, bahagia dunia dan akhirat Allah telah menyatakan dalam firman-Nya:

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا.
وَدَاعِيًا إِلَى اللَّهِ بِإِذْنِهِ وَسِرَاجًا مُنِيرًا

Hai Nabi, sesungguhnya Kami mengutusmu untuk jadi saksi, dan pembawa kabar gemgira dan pemberi peringatan, dan untuk jadi penyeru kepada Agama Allah dengan izin-Nya dan untuk jadi cahaya yang menerangi (QS. Al-Ahzab/33: 45-46)

Aura adalah sebuah keniscayaan. Orang pertama yang punya perhatian dalam masalah ini adalah Robert Kennedy,

seorang ilmuwan dari Swedia. Mulanya dia mengambil gambar menggunakan kamera yang diciptakan khusus untuk mengetahui suhu badan manusia dari jarak jauh. Setelah melakukan pemotretan, dia mendapati ternyata fisik manusia ini memantulkan warna yang sangat banyak, bisa mencapai 37 juta warna. Setiap warna menggambarkan suhu sel-sel yang ada di dalam tubuh. Kemudian setelah dianalisa secara keseluruhan, dari 37 juta warna itu, Robert Kennedy mengelompokkannya mejadi 7 warna yang bisa saling bercampur. Ada 1 warna yang sangat cerah, yaitu warna cahaya putih yang tidak bisa ditangkap oleh kamera.

Ketika itu Robert Kennedy mengambil gambar orang-orang yang sedang tidur. Mereka dianggap mewakili penduduk Eropa secara global. Hasil photo kamera menunjukkan bahwa mereka tidak punya kepribadian yang jelas, karena warnanya berantakan. Dengan hasil itu, Robert berkesimpulan bahwa orang-orang Eropa sedang dalam tekanan yang berat atau stres. Maka dia mencoba mencari orang yang lepas dari tekanan dan bebas dari stres, yang hidup dalam cahaya Tuhan.

Syeikh Ahmad Dedat mengetahui apa yang sedang diinginkan oleh Robert Kennedy, maka dia datang kepadanya dengan "membersihkan diri" sebelumnya. Kepadanya, Syeikh Ahmad Dedat minta diambil gambar tubuh astralnya dengan kamera Aura.

Pemotretan selesai. Robert mendapati bahwa warna yang dipancarkan oleh tubuh astral Ahmad Dedat sangat jelas, 7 warna sangat nyata dan ada satu warna cahaya putih yang tidak bisa dilihat. Berbeda sama sekali dengan orang-orang Eropa yang tidak jelas warnanya. Robert terkagum-kagum. Belum sampai habis kekagumannya, Syeikh Ahmad

Dedat berkata: "Jangan heran! Saya akan membuat lebih panjang lagi tubuh astral saya secara khusus. Saya akan membuat tubuh saya bisa lebih cerah dan jernih." Robert bertanya: "Bagaimana Anda bisa membuat demikian?"

Syeikh Ahmad Dedat menjawab: "Karena Rasulullah Saw bersabda, jika seorang hamba berwudhu, maka dosanya akan rontok keluar dari tubuhnya, keluar dari kedua matanya, keluar dari kedua tangannya, keluar dari kedua telinganya, keluar dari kedua kakinya. Saya akan membuat tubuh astral saya memanjang sampai jauh tak terbatas."

Robert bertanya: "Bagaimana Anda bisa membuat seperti itu?

Syeikh Ahmad Dedat berkata: "Biarkan saya shalat, lalu ambil gambar tubuh astral saja!"

Robert mengambil gambar Syeikh Ahmad Dedat saat sedang shalat. Dia mendapati gambar itu sungguh sangat menakjubkan. Terlihat tubuh astralnya membesar hingga kamera tidak mampu menangkap seluruh kebesaran tubuh astal Syeikh Ahmad Dedat. Kemudian dia bertanya: "Bagaimana Anda tahu bahwa apa yang Anda lakukan tidak akan mampu direkam secara keseluruhan oleh kamera khusus saya?"

Syeikh Ahmad Dedat menjawab: "Rasulullah Saw bersabda, dijadikan keindahan mataku di dalam shalat. Dari hadis ini kita mengetahui bahwa manusia hidup bedara di alam nyata yang merupakan alam indra kelima. Namun manusia bisa masuk ke alam malakut (alam cahaya) ketika dia sedang bersujud kepada Allah."

Apa yang dikatakan oleh Syeikh Ahmad Dedat memberitahukan kepada kita, bahwa saat kita sedang sujud, zikir dan konsentrasi fokus kepada Allah, kita bisa masuk ke alam cahaya. Kita mengirmkan cahaya dan menerima cahaya, yang berarti memiliki energi yang besar dan tidak tebatas. Dengan cahaya itu kita bisa mengakses, dan berhubungan dengan alam-alam yang lain.

Pusat Bashirah Manusia

Saat kita berbicang tentang "akal", jangan cepat berasumsi kalau akal itu adalah otak. Otak hanyalah sebuah sarana, bagian dari raga manusia. Otak, kita ibaratkan cermin yang memantulkan hasil kerja sebuah sistem yang bernama akal. Hasil kerja akal namanya pikiran. Dan pikiran adalah gaib.

Ketika kita berbicara tentang "hati", jangan cepat berasumsi kalau hati itu adalah jantung, atau sebuah organ tubuh yang berdetak sepanjang hidup. Jantung hanyalah sebuah sarana, bagian dari raga manusia. Hati, kita ibaratkan sebuah kotak yang di dalamnya tersimpan produk-prouduk jiwa. Satu di antara produk yang paling dahsyat adalah keyakinan. Dan keyakinan adalah gaib.

Baik pikiran maupun keyakinan, keduanya sama-sama hasil karya gaib dari jatidiri manusia. Di dalam pikiran dan keyakinan itulah bashirah berpusat. Untuk membangkitkan kesadaran bashirah, pikiran dan keyakinan harus dibimbing untuk berfokus kepada satu tujuan, kemudian memvisualisasikan tujuan itu dengan sejelas-jelasnya. Pikiran, keyakinan dan visualisasi inilah yang akan mengorganisasi seluruh potensi energi yang ada, energi yang masuk dan energi yang keluar. Pikiran,

keyakinan dan visualisasi inilah yang akan memetakan dan mengarahkan sebuah keberhasilan.

Anda harus tahu betapa dahsyatnya kekuatan pikiran, betapa dahsyatnya kekuatan keyakinan dan betapa dahsyatnya kekuatan visualisasi.

Dahsyatnya Akal

Pada saat kita berpikir, merenung, berdoa atau beraktivitas rohaniah, dalam otak kita sedang berlangsung suatu proses psikodinamika, yang menghasilkan gelombang elektromagnetik. Gelombang ini memancar keluar dan bisa menimbulkan resonansi pada orang lain dan kepada apa saja yang ada di alam semesta. Jika pikiran kita menghendaki sesuatu dan kita menyelaraskan energi dengannya, maka sesuatu yang kita kehendaki itu akan datang atau tertarik kepada kita. Pikiran kita bisa merambat dan menembus ruang dan waktu tanpa batas. Rasulullah Saw bersabda:

إِنَّ الْعَقْلَ لَا غَايَةَ لَهُ

Akal tidak ada batasan baginya.

Pikiran, seperti yang dikatakan oleh Sufyan bin Uyainah adalah cahaya. Dan cahaya berarti energi yang bisa masuk ke dalam hati siapa saja. Karena itulah, maka pikiran kita bisa sampai kepada yang kita tuju dan menarik apa saja yang kita pikirkan. Ingat, segala sesuatu punya hati dan pikiran (baca kembali alam gaib majazi).

Sungguh betapa pentingnya pikiran bagi manusia. Pikiranlah yang membuat manusia bisa hidup. Tidak boleh

ada orang yang hidup tanpa pikiran. Karena pikiran itulah yang membuktikan bahwa orang itu masih ada. Orang yang hidup tidak berpikir, keberadaannya sama dengan ketiadaannya. Keberagamaan seseorang juga dinilai dari pikirannya, sebagaimana hadis berikut ini.

قِوَامُ الْمَرْءِ عَقْلُهُ وَلَا دِيْنَ لِمَنْ لَا عَقْلَ لَهُ

Kendali dan penopang hidup seseorang adalah akalnya yang menghasilkan pikiran, tidak ada agama bagi orang yang tidak berfungsi akalnya (HR Al-Haitsami)

"Setiap orang dikepung oleh atmosfir pemikiran. Melalui kekuatan pikiran itulah kita menarik atau menolak. Sesuatu menarik sesuatu lainnya yang serupa, dan kita menarik persis seperti apa yang ada dalam pikiran kita" (Ernest Holmes).

Akal atau pikiran sesungguhnya adalah kekuatan manusia yang paling sejati saat ini. Semua kejadian, yang biasa maupun yang luar biasa bermula dari pikiran. Bahkan keberadaan kita ini juga karena pikiran-pikiran masa lalu. Pikiran-pikiran kita bersifat magnetis, dan memiliki frekuensi. Selama kita berpikir, pikiran-pikiran itu dikirim ke alam semesta, dan pikiran-pikiran itu akan menarik semua hal yang serupa yang berada di frekuensi yang sama. Segala sesuatu yang dikirim keluar akan kembali ke sumbernya. Dan sumber itu adalah Anda.

Pikiran Andalah yang akan mewujudkan keinginan Anda. Para ahli mengatakan bahwa pikiran adalah hukum penciptaan. Dan para ahli fisika kuantum menyatakan bahwa seluruh semesta muncul dari pikiran. Anda

menciptkan hidup Anda melalui pikiran-pikiran Anda dan hukum tarik-menarik.

Untuk memberdayakan pikiran hingga sampai pada kekuatannya yang paling dahsyat, kita harus bisa menggambarkan pikiran-pikiran itu dalam bentuknya yang konkrit. Visualisasikan pikiran Anda dan resapi serta rasakan sesnsasinya merayap ke seluruh tubuh Anda. Usahakan Anda bisa masuk ke dalam pikiran bawah sadar. Karena kekuatan pikiran bawah sadar jauh beribu-ribu kali lipat lebih dahsyat daripada kekuatan pikiran sadar. Dan seperti itulah yang dilakukan oleh para ahli thareqat saat memikirkan sesuatu sambil berzikir.

Dahsyatnya Keyakinan.

Keyakinan adalah sesuatu yang memberdayakan orang yang biasa-biasa saja agar mampu melakukan dan memperoleh sesuatu yang luar biasa. Meskipun keyakinan tidak pernah benar secara mutlak, namun akan menjadi mutlak benar bagi orang yang meyakininya. Jika Anda yakin bahwa Anda bisa, maka Anda akan bisa. Jika Anda yakin Anda tidak bisa, maka Anda tidak akan pernah bisa. Jika Anda yakin bahwa Anda tidak beruntung, maka Anda akan menjadi tidak beruntung.

Keyakinan adalah dasar semua agama. Tidak ada keimanan kalau tidak ada keyakinan. Seorang ahli tafsir Al-Qur'an bernama Abdullah Ibnu Mas'ud ditanya tentang iman, dia menjawab: "Iman adalah keyakinan secara totalitas."

Disebutkan dalam hadis Rasulullah Saw sbb:

Dari Wuhaib Al-Makky berkata: Rasulullah Saw bersabda: "Seandainya kamu ma'rifat kepada Allah dengan sungguh-sungguh, pasti kamu akan mendapatkan ilmu yang luar biasa (metafisika, pen). Seandainya kamu ma'rifat kepada Allah dengan sungguh-sungguh, maka gunung bisa bergeser dengan doa kamu. Tidak ada orang yang diberikan sesuatu yang lebih berharga kecuali keyakinan". Muadz bin Jabal bertanya: "Tidak terkecuali engkau wahai Rasul?" Beliau menjawab: "Ya, tidak terkecuali aku" (maksudnya semua orang bisa, bukan khusus kepada Rasul). Muadz bertanya lagi: "Telah sampai kepada kami beritanya Nabi Isa alahis salam, bahwa beliau bisa berjalan di atas air." Rasulullah Saw menjawab: "Seandainya ditambah keyakinan, tentu bisa berjalan di atas udara".

Rasulullah juga bersabda:
"Dari lemahnya keyakinan, bencana itu menimpa orang-orang yang berkeinginan. Dengan kuatnya keyakinan dan kuatnya keinginan, akan muncul kesungguhan dan kejuangan." Bencana datang karena Anda tidak yakin. Anda gagal dan jatuh tergelincir, karena Anda tidak yakin.

Semakin Dahsyat Dengan Visualisasi

Visualisasi adalah pikiran yang terfokus kuat pada gambar-gambar, dan ini menyebabkan timbulnya perasaan yang sama kuat. Ketika Anda melakukan visualisasi, Anda memancarkan frekuensi yang kuat ke alam semesta.

Hukum tarik-menarik akan menerima sinyal yang kuat itu dan mengembalikan gambar-gambar itu kepada Anda, sama seperti yang Anda lihat dalam benak Anda.

Ketika kita menciptakan gambar-gambar dalam benak, maka pada saat itu kita sudah melihat apa yang menjadi keinginan kita, dan itu menghasilkan pikiran dan perasaan bahwa kita telah memilikinya.

Banyak contoh orang-orang sukses meraih apa yang diimpikan dengan melakukan visualisasi. Adalah seorang pilot Amerika yang telah tertembak jatuh dan dimasukkan ke dalam penjara di Korea Utara pada tahun 1950-an. Pilot ini sangat suka bermain golf, dan selama berada di dalam penjara, satu-satunya hal yang dapat dilakukannya adalah dengan membuat visualisasi dirinya bermain golf dan memenangkan sebuah kejuaraan golf. Dia membayangkan terus bermain golf 18 lubang secara sempurna.

Ketika akhirnya dia dibebaskan dari penjara dan pulang ke Amerika, salah satu hal pertama yang dilakukan adalah mendaftar ikut turnamen golf.

Tebak, apa yang terjadi? Ia menang dengan mudah sehingga membuat heran semua orang, kecuali dirinya sendiri. Mereka berpikir bahwa kemenangannya hanyalah karena nasib baik atau kebetulan. Tetapi bagi dia tidak, ia mengatakan kepada setiap orang bahwa ia tahu dirinya akan menang karena secara mental ia telah berlatih, mempraktikkan pukulan yang sempurna, selama berada di balik jeruju penjara.

Albert Einstein mengatakan:

"Imajinasi adalah segalanya. Imajinasi adalah gambar pendahulu dari peristiwa hidup yang menjelang."

Dr. John Demartini memberikan kiat untuk membuat visualisasi atau imajinasi. Katanya: "Jika Anda menciptakan gambar stastis dalam benak, Anda bisa sulit menahan gambar itu. Jadi, ciptakan banyak gerakan dalam gambar Anda."

Imajinasi atau visualisasi tidak semata karunia yang hanya dinikmati oleh sebagian orang, tetapi imajinasi dan visualisasi adalah merupakan kesehatan yang bisa dirasakan oleh setiap orang. Kalau dulu kita sering mendengar pepatah "Al-Aqlus salim fil jismis Salim" (akal yang sehat terdapat pada badan yang sehat), sebenarnya sekarang untuk menjadi sehat pepatah itu diubah menjadi "Al-Jismus Salim fit Takhayyulis Salim" (raga yang sehat terdapat dalam visualisasi yang sehat).

Setiap orang punya kemampuan untuk bervisualisasi atau mengkhayal, atau setidaknya punya potensi mengkhayal dan bisa menciptakan gambar-gambar khayalan. Menggunakan khayalan pandangan mata atau menciptakan gambar-gambar khayalan dalam pikiran bisa membuat seseorang mampu mengendalikan banyak hal. Ketika Anda bisa memusatkan perasaan pada khayalan sebuah kondisi yang Anda senangi, pada saat itu Anda sudah mendapatkan apa yang Anda senangi. Anda bisa melakukannya kapa saja kalau mau.

Imajinasi adalah bahasa yang dugunakan oleh pikiran supaya bisa sampai kepada raga. Ingat bahwa diri kita ini terdiri dari dua unsur yang sifatnya benar-benar berbeda. Perbedaan itu bisa disatukan dengan imajinasi. Imajinasi adalah bahasa asli terbanyak yang kita miliki. Jika Anda bertanya pada seseorang tentang orang tuanya, maka dia tidak punya kata lain kecuali berimajinasi tentang bentuk atau gambar orang tuanya.

Kita lebih banyak mengingat gambar daripada kata-kata. Karena itu dalam upaya untuk melejitkan bashirah, kita juga perlu menggunakan imajinasi. Dan jika kita berimajinasi hingga mampu mengantarkan pada kondisi alam bawa sadar (alpha atau theta), maka kita akan bisa meraih dan menghadirkan hal-hal yang luar biasa.



MEMBUKA BASHIRAH (ENERGI ILAHI - MATA BATIN)

"Ini adalah bashirah bagi manusia, petunjuk dan rahmat bagi kaum yang percaya secara totalitas" (QS. Al-Jasiyah/45: 20)

Lathifah Rabbaniyyah (Medan Energi Ketuhanan)

Bashirah itu sendiri adalah gaib tetapi nyata, sama seperti gaib dan nyatanya jatidiri manusia, yaitu akal, jiwa dan roh. Sungguh pun bashirah itu gaib, tetapi Allah menjadikan fisik sebagai kendaraannya. Dengan fisik manusia menjalani hidup dan menikmati hidup. Maka di dalam fisik itu pula Allah ciptakan medan-medan energi sekaligus menjadi terminal atau pos-pos penyerapan, penyelarasan dan pemberdayaan energi yang disebut *"Lathaif"* bentuk plural dari kata *"Lathifah."*

Lathifah adalah bahasa Arab yang berarti "halus." Menurut faham tasawwuf, *Lathifah* merupakan energi atau cahaya, sekaligus rahasia besar yang ada di dalam tubuh.

Sesungguhnya teramat banyak "lathifah" yang ada di dalam raga manusia. Sebab setiap anggota tubuh, sekecil apapun - dia bisa menyerap dan menyalurkan energi dari Allah. Seluruh sel dan jaringan yang ada di dalam tubuh, semuanya bekerja sebagai sebuah sistem yang menyerap dan memberdayakan energi yang terkandung di dalam nama-nama Allah atau Asmaul Husna. Fisik manusia memang didesain oleh Allah untuk menyerap dan mengamalkan Asmaul Husna. Setiap organ manusia punya peran menjalankan Asmaul Husa, karena manusia disiapkan untuk menjadi Wakil Allah di muka bumi.

Tidaklah mungkin manusia bisa mengamati seluruh anggota dan sistem pemberdayaannya. Karena itu perlu dipilih yang paling potensial di antara sekian banyak **lathifah** itu. Dan ternyata yang paling potensial ada 7

lathifah. ***Lathaif*** inilah yang sekarang dikenal secara mendunia dengan sebutan "CAKRA."

Lathaif adalah bagian-bagian penting, yang merupakan pintu-pintu kesadaran energi, tempat pembentukan persepsi, simpul pernafasan atau kehidupan. *Lathaif* merupakan penghubung individual dengan Tuhan, antara supra individual dengan yang berada di baliknya, antara yang gaib dengan yang nyata, antara manusia dengan semesta alam. Dan *lathaif* inilah yang menjadi pintu pemberdayaan bashirah. Kata ***Lathifah atau Lathaif*** dalam Istilah Islam kalah populer dengan kata Cakra, maka dalam buku ini juga saya ingin menggunakan istilah Cakra yang berarti juga ***Lathifah.***

Cakra berarti roda, putaran, pusat atau pusaran. Cakra menjadi terminal energi, sebagai pintu gerbang untuk masuknya energi dari alam semesta ke dalam tubuh manusia dan sebaliknya juga menjadi pintu gerbang bagi keluarnya energi dari tubuh manusia ke alam semesta.

Energi adalah kebutuhan paling asasi bagi manusia, dan alam semesta semunya adalah energi. Tanpa energi alam semesta maka manusia akan mati. Tanpa energi, tubuh jasmani manusia tidak akan ada. Oleh karena itu, terminal-terminal/medan energi tersebut bekerja secara alami untuk memenuhi kebutuhan fisik. Jika sistem kerjanya terganggu, maka energi tidak lancar dan bisa menyebabkan ketidakharmonisan fisik, manusia bisa sakit atau kacau kehidupannya. Supaya cakra tersebut bisa bekerja optimal dan bahkan bisa menghimpun kesadaran energi sebesar-besarnya, maka seseorang perlu diberikan ***Attunement*** **dan** ***Inisiasi (ijazah).***

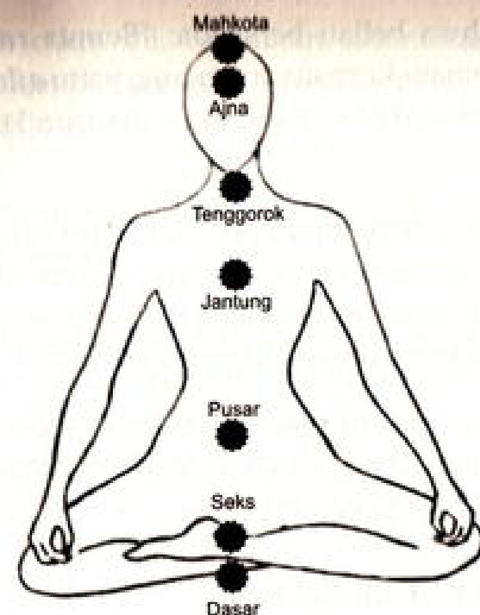
Attunement dan Inisiasi ini dilakukan oleh seorang guru atau Master yang sudah mendapatkan izin untuk memberikannya. Seorang yang sudah mendapatkan Attunement dan Inisiasi oleh Master Prana Shakti, dia bisa melipatgandakan dan mengakses energi semesta alam sesuai dengan yang diinginkan. Inilah kelebihan Ijazah Esoterik Prana Shakti. Dia bisa menyerap semua energi tradisi tanpa harus mengikuti pelatihan atau mendapatkan ijazah khusus dari energi tradisi dimaksud.

Tujuh Medan Energi Manusia

Sebenarnya setiap anggota tubuh manusia atau seluruh sel-sel yang ada di dalam tubuh manusia, semuanya berfungsi menjalankan Asmaul Husna. Semuanya menyerap dan menyalurkan energi dari Allah (nur Ilahi) dan energi alam semesta. Tidak ada satu sel pun yang tidak berguna. Karena itu setiap kali terjadi kematian sebuah sel, sistem tubuh lathifah menggantinya dengan sel yang baru.

Begitu banyaknya sel yang masing-masing punya peran sendiri, maka Imam Al-Fakhrurrazi menyatakan bahwa Asmaul Husna jumlahnya terlalu banyak untuk dihitung. Setiap sel yang bekerja adalah cerminan dari satu Asmaul Husna.

Kita akan mengalami kesulitan kalau harus memberdayakan miliaran sel tersebut. Maka diketemukanlah Tujuh Pusat Medan Energi yang menjadi pintu masuk dan keluarnya energi.



1. **Cakra Dasar = Lathifah Ajbudz Dzanab, Warna Merah Muda**

Cakra Dasar adalah cakra kehidupan tubuh fisik. Cakra ini sudah ada sejak manusia masih dalam kandungan dan tidak akan rusak secara fisik. Ketika terjadi pembuahan sel telur oleh sperma, terbentuklah energi kehidupan sejati (orang menyebutnya tenaga dalam) yang memiliki medan energi.

Cakra ini diasosiasikan dengan warna merah muda. Ia merupakan pusat energi dari tubuh fisik, kehidupan materi, dan keinginan untuk hidup. Seorang yang Cakra Dasarnya kecil dan kotor, dia cenderung malas bekerja, dan bahkan punya kecenderungan bunuh diri.

Cakra ini dalam Islam disebut Rasulullah *Ajbudz Dzanab,* seperti dalam hadis yang disampaikan oleh Abu

Hurairah, bahwa beliau bersabda: "Semua raga manusia akan hancur binasa kecuali satu tulang, yaitu *ajbudz dzanab*. Dari tulang ini makhluk nanti akan disusun kembali pada hari kiamat."

Hadis yang lain, juga dari Abu Hurairah, Rasulullah Saw bersabda: "Semua raga anak Adam akan hancur binasa kecuali *ajbudz dzanab*. Darinya manusia dicipta dan darinya juga nanti manusia disusun kembali."

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA MUGHNI (Wahai Tuhan Yang Maha Mengayakan).

2. Cakra Seks = Lathifah Jins, Warna Oranye

Cakra Seks adalah cakra yang mengendalikan emosi-emosi dasar manusia seperti nafsu, amarah, takut, cinta, dendam dan sebagainya. Cakra ini diasosiasikan dengan warna oranye. Cakra ini berhubungan dengan penciptaan kasar atau produksi. Dia juga terkait dengan Cakra Tenggorokan yang bertanggung jawab untuk penciptaan lebih halus, yaitu kreativitas. Karena itu, orang-orang yang kreatif (mempunyai Cakra Tenggorokan aktif) biasanya mempunyai Cakra Seks yang aktif pula. Bersihnya cakra ini akan membuat orang punya pikiran-pikiran yang positif.

Cakra ini dalam Islam merupakan alat reporoduksi yang sangat menentukan keberlanjutan keturunan manusia. Bagi laki-laki disebut "Zakar" dan bagi wanita disebut "Farji." Islam memberikan arahan agar cakra ini dijaga dan dipelihara untuk meraih kemuliaan dan kehormatan hidup.

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA HAYYU (Wahai Tuhan Yang Maha Hidup).

3. Cakra Pusar = Lathifah Surrah, Warna Kuning

Cakra Pusar adalah cakra yang mengendalikan perasaan-perasaan yang lebih lembut seperti senang, kecewa dan sebagainya. Cakra ini diasosiasikan dengan warna kuning. Cakra ini menghasilkan panas sintetis, mengendalikan dan memberikan energi kepada usus besar dan usus kecil. Bersihnya cakra ini membuat orang merasa puas dan cukup atas apa yang diberikan Tuhan.

Pusar adalah bekas penghubung antara janin dalam kandungan dengan ibunya. Lewat pusar, sang janin mendapatkan makanan dari ibunya. Lewat pusar, sang janin merasakan apa yang dirasakan oleh ibunya. Lewat pusar, sang janin menangkap apa yang ditangkap oleh ibunya.

Pusar adalah salah satu pintu gerbang atau jendela yang menghubungkan dunia luar ke dalam diri manusia. Dari pusar, sesorang bisa mendapatkan panas yang ada di luar dan bisa mengeluarkan panas yang ada dalam dirinya.

Seorang dokter ahli pengobatan China bernama Mahir Shaidam (Mesir) telah melakukan percobaan dan hasilnya luar biasa. Untuk mengobati berbagai penyakit (35 jenis penyakit), sebelum tidur, letekkan madu di atas pusar dan biarkan untuk beberapa saat (tentu dengan memberikan lapisan tipis yang tidak membuat madu itu merembes

atau menetes). Sesudah itu minumlah dengan niat untuk menyembuhkan penyakit yang sedang Anda rasakan.

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA RAZZAQ (Wahai Tuhan Yang Maha Memberi Rezeki).

4. Cakra Jantung = Lathifah Qalb, Warna Hijau

Cakra Jantung adalah cakra yang mengendalikan kemampuan manusia untuk mendeteksi kejadian-kejadian di sekelilingnya. Cakra ini diasosiasikan dengan warna hijau atau merah muda. Merah muda sebagai lambang cinta kasih sayang dan hijau sebagai lambang penyembuhan. Cakra ini amat penting hubungannya dengan spiritual. Semua perasaan yang halus ada di cakra ini.

Dalam Al-Qur'an cakra ini disebut "Qalbu" atau kalbu diterjamahkan hati. Ia adalah pusat segala rasa. Ia menjadi pusat penilaian manusia. Baik dan buruknya manusia tergantung pada cakra ini. Hidup dan matinya sistem kemanusiaan ada di cakra ini. Itu sebabnya, Rasulullah bersbda: "Ketahuilah bahwa di dalam diri manusia itu ada segumpal daging. Jika dia baik maka baiklah fisiknya secara keseluruhan. Jika dia rusak, maka rusaklah fisiknya secara keseluruhan. Dia itu adalah kalbu. " Rasulullah juga menyatakan: "Allah tidak melihat ketampanan fisik Anda, tetapi Allah hanya melihat kalbu Anda."

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA KHAALIQU (Wahai Tuhan Yang Maha Mencipta).

5. Cakra Tenggorokan = Lathifah Hanjarah, Warna Biru Muda

Cakra Tenggorokan adalah cakra yang mengendalikan kelima indra manusia; yaitu indra pendengaran, indra penglihatan, indra perabaan, indra penciuman, dan indra perasaan. Cakra ini diasosiasikan dengan warna biru muda. Secara fisik cakra ini memberikan energi kepada kelenjar *thyroid* dan *parathyroid*. Cakra ini adalah pusat penciptaan yang lebih tinggi (kreativitas) dan menjadi penghubung antar manusia.

Secara fisik, tenggorokan merupakan tempat keluarnya suara. Suara yang keluar dari tenggorokan adalah bahasa verbal manusia. Dengan suara manusia bisa menyatukan dan mempertemukan energi orang lain dengan energi dirinya. Dengan suara, manusia bisa berhubungan dengan alam semesta. Saat Anda bersuara baik, Anda sesungguhnya telah menarik energi positif orang lain masuk ke dalam diri Anda. Saat Anda berzikir, Allah menyambut zikir Anda dan alam semesta pun mendengarkannya. Allah mengirimkan cayaha-Nya dan alam semesta mengirimkan energi positifnya. Karena itu, Cakra Tenggorokan adalah medan energi yang mempunyai kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain dan juga kepada alam semesta.

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA QAWYYU (Wahai Tuhan Yang Maha Kuat).

6. **Cakra Ajna = Lathifah Wabishah, Warna Biru Nila**

Cakra ini memberikan energi ke kedua mata, hidung, dan kelenjar pituitari (sebesar biji kacang terletak di bawah otak). Cakra Ajna disebut juga Cakra Mata Ketiga, karena bisa memberikan *kewaskitaan.* Cakra ini diasosiasikan dengan warna biru nila. Cakra ini letaknya ada di kening, di antara kedua mata.

Rasulullah Saw menyebutkan dalam sebuah hadis, namanya "Wabishah." Cakara ini memancarkan cahaya yang menjadi tanda-tanda setiap orang. Orang-orang yang beriman akan nampak bercahaya Cakra Ajnanya. Bahkan dengan melihat cakra ini secara sekilas Anda bisa memahami kepribadian seseorang. Disebutkan dalam hadis, Rasulullah Saw bersabda:

> Ketika Allah menciptakan Adam, Allah menyentuh punggugnya dan berjatuhanlah semua nyawa anak keturunannya dari punggungnya sampai hari kiamat. Allah telah menjadikan cakra "Wabishah" dari cahaya di antara kedua mata setiap insan, kemudian Allah mendemonstrasikan mereka di hadapan Adam. Lalu Adam bertanya: "Wahai Tuhan, siapa mereka?" Allah menjawab: "Mereka adalah anak keturunanmu." Adam melihat ada salah satu dari mereka yang nampak mengagumkan, ada pancaran cahaya berkilau di antara kedua matanya, lalu bertanya: "Wahai Tuhan, siapa dia?" Allah menjawab: "Itu adalah seorang keturunanmu di akhir zaman, namanya Dawud." Adam bertanya: "Berapa Engkau beri umur dia?" Allah menjawab: "Enam puluh

> tahun." Adam berkata: "Wahai Tuhan, berikan dari umurku 40 tahun." Ketika umur Adam telah habis, datanglah malaikat maut. Adam berkata: "Bukankah umurku masih 40 tahun?" Malaikat menjawab: "Bukankah engkau telah memberikannya kapada Dawud anakmu?" Rasulullah bersabda: "Nabi Adam telah mengingkarinya, maka ingkarlah semua anak keturunannya. Nabi Adam lupa, maka lupalah semua anak keturunannya. Nabi Adam bersalah, maka anak keturunannya melakukan kesalahan" (HR. At-Tirmidzi)

Cakra Ajna Adalah cakra yang mengendalikan kreativitas manusia, dan menjadi cermin kepribadiannya. Cakra ini disebut juga "indra keenam." Dengan cakra Ajna, seseorang bisa mengembangkan kemampuan gaib atau supranaturalnya. Di antaranya:

1. Mampu melihat dan mepredikisi yang akan datang.
2. Mampu membaca pikiran orang lain.
3. Mampu melihat dan tahu kejadian di tempat lain (jauh atau dekat).
4. Mampu menggerakkan sesuatu dari tempatnya.
5. Mampu menghadirkan yang sudah berlalu atau kembali ke masa lalu.
6. Mampu melihat aura sekitar tubuh.

Bukalah cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA RAHIIM (Wahai Tuhan Yang Maha Penyayang)

7. Cakra Mahkota = Lathifah Nashiyah
Warna Kuning Emas/Violet

Cakra Mahkota adalah cakra yang mengendalikan kemampuan spiritual manusia. Selain itu, cakra ini menjadi gerbang penghubungan langsung antara tubuh dengan roh dan berfungsi sebagai suara hati. Cakra ini diasosiasikan dengan warna kuning emas. Dia menjadi pintu utama masuknya energi Ilahi, dan menjadi pusat spiritual seseorang. Maka cakra ini memegang peranan penting dalam tindakan manusia, memberikan perintah kepada seluruh anggota tubuh.

Cakra ini terletak di ujung kepala. Disebut juga "**Nashiyah**" yang diterjemahkan "**ubun-ubun.**" Al-Qur'an menyebutkan kata "Nashiyah" dalam Surat Al-Alaq ayat 15 dan 16:

كَلَّا لَئِن لَّمْ يَنتَهِ لَنَسْفَعًا بِالنَّاصِيَةِ . نَاصِيَةٍ كَاذِبَةٍ خَاطِئَةٍ

Ketahuilah, sungguh jika dia tidak berhenti (berbuat demikian) niscaya Kami tarik ubun-ubunnya, yaitu ubun-ubun orang yang mendustakan lagi durhaka.

Kata Nashiyah (ubun-ubun) juga disebutkan dalam doa Rasulullah Saw:

اَللّٰهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ بْنُ عَبْدِكَ بْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ

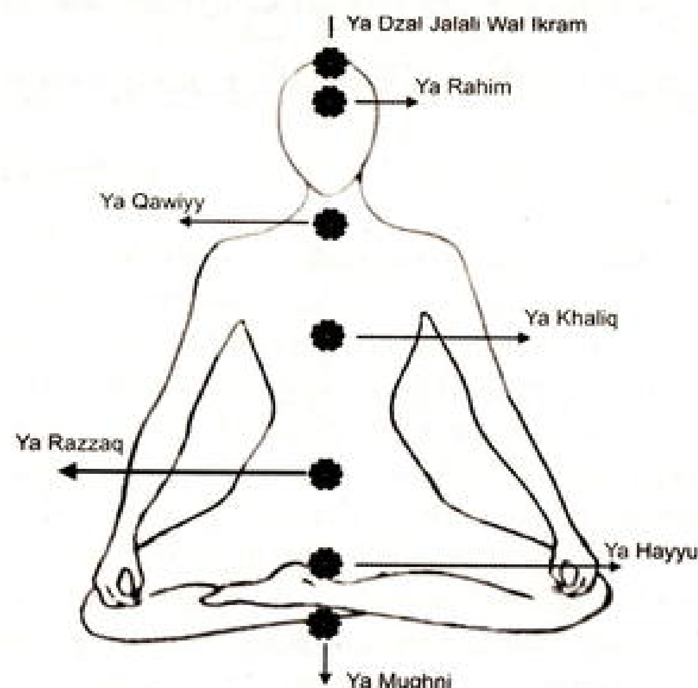
هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي وَنُورَ بَصَرِي وَجَلَاءَ حُزْنِي

[رواه ابن حبان في كتاب الرقائق، والإمام أحمد عن ابن مسعود].

Ya Allah, sungguh saya adalah hamba-Mu, anak dari hamba-Mu laki-laki dan perempuan. Ubun-ubun saya ada dalam genggaman-Mu (terhubung dengan tangan-Mu). Hukum-Mu berlaku bagi saya, adil bagi saya keputusan-Mu. Saya mohon kepada-Mu dengan semua nama-Mu yang Engkau sebutkan untuk diri-Mu, atau Engkau turunkan di dalam kitab-Mu, atau Engkau ajarkan kepada seseorang dari hamba-Mu, atau Engkau simpan di alam gaib di sisi-Mu, jadikanlah Al-Qur'an memenuhi hati saya, menyinari pandangan saya, dan menyingkirkan kesedihan saya (HR. Ibnu Hibban dan Ahmad)

Hadis ini mengukuhkan tentang pentingnya cakra Nashiyah atau cakra Mahkota. Cakra ini menjadi wilayah doa dan penyembuhan. Dia merupakan mahkota otak yang berkembang sesuai dengan perkembangan manusia. Di cakra inilah spiritual berada, di sini tempat berkembangnya kepercayaan, dan segala macam gangguan kejiwaan. Cakra ini pula yang menjadi sentral perasaan ketuhanan dan keimanan (godspot) dan menjadi pusat penentuan pengambilan keputusan (www.kaheel7.com)

Bukalah Cakra ini, bersihkan, selaraskan, sinergikan dan berdayakan dengan zikir YAA DZAL JALAALI WAL IKRAM (Ya Tuhan Yang Maha Memiliki Keagungan dan Kemuliaan)



Ini adalah gambar posisi Cakra sebagai terminal dan zikirnya. Terminal-terminal atau medan energi tersebut saling terhubung melalui tulang belakang atau sushumna.

Meditasi sesungguhnya adalah sebuah cara untuk memberdayakan cakra-cakra tersebut hingga energi terus tetap aktif dan tetap terbangkitkan, siap digunakan setiap saat. Bila terjadi hal-hal yang sangat darurat dan Anda ingin menanggulanginya, Anda tidak usah meditasi, Anda langsung channelling dan bervisualisasi dalam menggunakannya.

Kontak dan Pelepasan (Grounding)

Manusia terdiri dari dua unsur energi, yaitu unsur energi alam dan unsur energi Ilahi, walau memang semuanya dari Allah.

Unsur Energi Alam:
Tanah - Air - Api - Udara - Logam.

Unsur Energi Ilahi:
Roh - Jiwa - Akal.

Supaya bisa hidup seimbang, manusia harus terus-menerus melakukan penyelarasan energinya. Manusia harus terus menghubungkan diri dengan Tugan dan menghubungkan diri dengan alam (Hablum minallah dan hablum minannas). Manusia harus menjaga kestabilan tubuhnya yang berasal dari energi tanah, air, api, udara, dan tambang. Manusia juga harus menjaga kestabilan energinya yang berasal dari roh, jiwa dan akal.

Energi alam dan energi Ilahi tersebut mempunyai beberapa medan energi di dalam raga manusia yang disebut "Lathifah" atau Cakra. Cakra-cakra ini harus dibersihkan, diselaraskan, kemudian diisi dan disinergikan dengan seluruh energi yang ada. Pengisian energi cakra kita ibaratkan mengecas baterai, harus dilakukan secara rutin.



Mengecas cakra. Energi alam dicas ke bawah. Energi Ilahi dicas ke atas.

Seorang muslim yang melakukan shalat dengan khusyuk, yaitu di saat bersujud dan menekankan jari-jari kakinya ke tanah, maka dia telah menghubungkan energi bumi. Saat berdiri atau duduk tasyahhud, dia telah menghubungkan energi Ilahi. Secara keseluruhan, shalat adalah media untuk mikraj (naik) channelling kepada Allah, dan media untuk turun bersujud menyerap kesadaran energi positif tertinggi, sekaligus membuang kotoran hati dan energi-energi negatif. Hubungan ke atas dan ke bawah adalah grounding menyelaraskan energi dengan Allah dan alam semesta sekaligus membuang semua energi negatif dan pengaruh-pengaruh buruk.



Ketika kita melakukan meditasi pernafasan, berarti kita melakukan pembersihan medan energi, sekaligus penyelarasan, pengisian, penguatan dan pemberdayaan bashirah.

Untuk menjaga agar kita tetap terhubung dengan energi Ilahi dan energi alam semesta - setidaknya kalau kita tidak bisa meditasi – kita lakukan *Grounding*. Grounding artinya

terhubung ke langit dan ke bumi. Dengan grounding, kita tidak pernah lepas berhubungan dengan energi langit dan energi bumi. Energi langit berararti energi Allah dan energi alam semesta, energi bumi berarti energi mikrokosmos. Grounding berarti memberdayakan kekuatan rohani dan kekuatan fisik atau raga. Grounding akan memastikan seseorang menerima cukup energi dari langit dan bumi secara seimbang. Grounding ini dilakukan sama dengan meditasi, tetapi tidak harus konsentrasi penuh dan dalam kondisi hening. Bisa dilakukan di mana saja dan kapan saja.

Grounding juga memberikan perlindungan kepada diri di mana energi negatif akan secara otomatis disalurkan ke bumi. Dengan grounding, kita membuang sisa-sisa energi yang tidak terpakai, meluntukan racun atau toksin dan sisa-sisa metabolisme dan mengembalikannya ke dalam inti bumi. Kemudian bumi mengolahnya kembali menjadi keberkahan bagi manusia.

Anda yang berhubungan dengan pasien atau sehabis membantu penyembuhan orang sakit, atau sehabis berinteraksi dengan hal-hal yang berbahaya, sebaiknya Anda segera melakukan grounding. Di sini grounding menjadi media untuk memutus pengaruh negatif, membebaskan akibat negatif, menjaga agar tidak tertular virus/bakteri, dan sekaligus membuang sisa-sisa energi yang tidak terpakai.

Caranya sangat mudah. Ketika Anda menarik nafas panjang, visualisasikan ada cahaya yang masuk melalui Cakra Mahkota. Tahanlah nafas di dada sambil visualisasikan cahaya itu membesihan diri Anda. Kemudian hembuskan nafas sambil memvisualisasikan bahwa kotoran atau semua energi negatif terbuang keluar dan masuk ke dalam bumi.

Attunement dan Inisiasi

Attunement = Pembukaan/penyelarasan.
Inisiasi = Memulai melakukan penyuerapan

Attunement adalah sebuah cara atau ritual yang dilakukan oleh Master kepada praktisi untuk membuka seluruh cakra yang menjadi terminal dan medan energi praktisi. Setelah diberikan Attunement, seseorang praktisi bisa melakukan inisiasi sendiri untuk mengakses energi alam semesta. Attunement hanya bisa dilakukan oleh seorang Master yang mendapatkan kewenangan secara esoteris.

Dalam thareqat, seorang murid memang harus dibimbing oleh mursyid. Maka mursyid inilah yang membuka dan menyelaraskan cakra muridnya, sehingga sang murid bisa melanjutkan inisiasi sendiri untuk meningkatkan kualitas ilmunya. Namun jika Anda belum menjadi murid dalam sebuah thareqat, Anda bisa meminta kepada seorang ustadz yang punya silsililah belajar dengan ustadz sebelumnya untuk mengajarkan satu ayat Al-Qur'an atau satu doa kepada Anda, bukan seseorang yang menjadi ustadz karena belajar sendiri atau autodidak.

Seorang ustadz yang belajar secara autodidak, walaupun dia sangat hebat, tidaklah punya silsilah hubungan keilmuan dengan gurunya. Dari manfaat pengamalan secara pribadi, baik yang autodidak maupun belajar dengan guru, tidak ada perbedaannya. Namun dari sisi pertangggung jawaban, jelas ada bedanya. Bertemu langsung dengan guru disebut "Talaqqi," dan inilah yang ditempuh oleh ulama-ulama besar Islam, sanad keilmuannya jelas. Ada sebuah *atsar* menyatakan:

"Siapa yang tidak belajar dari seorang guru, maka gurunya adalah setan." Karena ilmu semacam ini harus diajarkan langsung secara ***musyafahah*** (face to face) dari seorang guru kepada murid, sama seperti Rasulullah Saw yang belajar dari malaikat Jibril, dan Jibril dari Allah. Begitu juga, para ulama. Mereka belajar secara mutawatir (silisilah yang menyambung) dari gurunya, gurunya dari gurunya sampai kepada Rasulullah Saw. Contohnya adalah belajar membaca Al-Qur'an. Belajar membaca Al-Qur'an harus ditempuh dengan musyafahah, tidak cukup hanya dengan belajar sendiri. Anda yang sudah mendapatkan ajaran satu ayat atau satu doa dari seorang guru yang punya silsilah keilmuan, maka dengan ayat atau doa tersebut Anda bisa mengamalkan buku ini.



Kalau Anda membaca riwayat hidup para ulama besar, Anda akan tahu bahwa mereka punya silsilah keilmuan dengan para guru sebelumnya. Imam Syafii, Imam Al-Ghozali dan lain-lainnya - misalnya - mereka punya guru-guru yang memberikan attunement secara

langsung. Karena itulah, tidak diragukan lagi – energi yang dimilikinya bisa sangat dahsyat.

Setelah mendapatkan attunement, praktisi harus istiqamah membersihkan, mengisi dan menyelaraskan cakra. Dengan melakukan latihan menyerap energi, seseorang berarti meningkatkan energi, menghimpun energi dan bahkan meningkatkan frekuensi kesadaran energinya menjadi lebih dahsyat. Frekuensi energi yang tinggi akan menangkap sinyal dari berbagai arah, sekalipun pancaran sinyal itu sangat lemah. Dengan demikian, kita bisa menjadi lebih peka dan mampu menangkap hal-hal yang tidak dapat dideteksi oleh indra biasa.

Kita ibaratkan, diri kita yang sudah mendapatkan attunement dan inisiasi ini bagai sebuah radar. Diri ini akan mampu menangkap gelombang elektromagnetik yang datang dari berbagai arah, sehingga bisa mendeteksi dan menyeleksi mana yang baik dan mana yang buruk. Radar bashirah itu semakin kuat daya tangkapnya terhadap sinyal manakala kita selalu memberdayakan cakra-cakra tersebut.



TEKNOLOGI BASHIRAH

Teknologi bukanlah tujuan, tetapi dia bisa mengantarkan pada tujuan secara cepat dan efektif. Kalau tujuannya penting, maka teknologi juga sangat penting.

Cara Membuka dan Membangkitkan Bashirah

Bashirah sungguh merupakan kekuatan manusia yang paling dahsyat. Dan Anda semua memilikinya. Bashirah Anda tiada artinya manakala tidak aktif. Dan untuk bisa aktif, bashirah harus dibangkitkan dan diasah. Bashirah Anda akan semakin tenggelam manaka Anda biarkan tanpa dibuka dan tidak diberikan bimbingan. Bashirah akan semakin melejit dan mampu mendatangkan hal-hal yang ajaib dan luar biasa dalam kehidupan Anda manakala Anda berikan bimbingan secara istiqamah, yaitu dengan 2 teknik.

1. **Berzikir Kepada Allah**
2. **Bersinergi dan Menyerap Energi Alam Semesta.**

Berzikir Kepada Allah

Zikir adalah inti kehidupan manusia. Zikir menjadi senjata para nabi dan rasul. Zikir menjadi amalan pokok orang-orang shaleh. Zikir adalah landasan pokok untuk meraih spiritual yang tinggi. Semua nabi dan rasul menyelesaikan masalah dengan zikir. Orang-orang shaleh menjalankan aktivitasnya dengan zikir, dan orang-orang bisa meraih mukjizat dengan zikir. Dan puncaknya, zikir menjadi energi dahsyat untuk mengubah hidup secara revolosioner.

- Nabi Musa mampu mengangkat batu besar dengan zikir.
- Nabi Isa menyembuhkan orang sakit dengan zikir.
- Nabi Ayyub sembuh dari penyakit dengan zikir.
- Nabi Muhammad mendapat kemenangan dengan zikir.
- Nabi Yunus selamat dari perut ikan dengan zikir.

- Nabi Sulaiman menaklukkan alam semesta (yang nyata dan yang gaib) dengan zikir.
- Pembantu Nabi Sulaiman dapat melakukan teleportasi/ telekinesis dengan zikir.

Zikir yang diucapkan secara berulang-ulang akan bisa mendatangkan keajaiban manakala zikir itu benar-benar diproses oleh akal, jiwa dan roh menjadi cahaya. Sebab di dunia ini tidak ada kecepatan yang melebihi kecepatan cahaya. Cahaya itu sendiri adalah energi vibrasi yang sangat halus. Sinerginya energi halus akan menjadi sebuah kekuatan yang sangat dahsyat.

Dalam berzikir, para wali dan ahli thareqat mengajarkan kepada murid agar mengulanginya berkali-kali dalam jumlah yang ditetapkan, ada yang seratus kali, ada yang sampai seribu kali, tiga ribu kali dan seterusnya. Mengapa demikian? Orang yang berzikir sesungguhnya dia sedang bergerak memancarkan atau mengeluarkan energi. Pergerakan yang sedikit akan menghasilkan energi yang sedikit pula dan bentuk energinya sangat kasar. Yang kasar akan sulit menembus atau masuk ke sebuah ruang. Pergerakan yang berulang-ulang dan kencang, akan mengeluarkan energi yang lembut. Semakin kencang gerakan, akan semakin besar energinya, semakin lembut dan semakin dahsyat kekuatannya. Orang yang mengulang-ulang zikir dalam jumlah yang banyak dan dilakukan dalam kondisi sangat rileks hingga trance atau memasuki alam bawah sadar (alpha), sesungguhnya dia telah memproduksi energi halus yang kekuatannya sangat dahsyat, bisa menembus ruang dan waktu. Dan zikir itu langsung melesat ke hadirat Allah tanpa hijab. Dengan zikir yang demikian itu, Allah sangat dekat dengan dirinya, bahkan Allah hadir dalam dirinya. Allah

membuka bashirahnya sehingga dia bisa melipatgandakan keberhasilan hidupnya. Allah memberikan kemampuan kepadanya untuk bisa melakukan apa yang tidak bisa dilakukan orang banyak.

Disebutkan dalam sejarah bahwa Rasulullah Saw ketika menjalankan shalat malam, kaki beliau sampai bengkak-bengkak. Shalat itu sendiri adalah zikir, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an Surah:

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah shalat untuk zikir kepada-Ku (QS. Thaha: 14)

Zikir itu dilakukan oleh Rasulullah Saw ketika sendirian di dalam rumah dan di malam hari. Beliau berzikir dalam waktu yang cukup lama setelah melakukan shalat malam. Bengkaknya kaki Rasulullah Saw - menurut penulis - terjadi bukan semata karena terlalu lama berdiri. Bengkaknya kaki Rasulullah Saw sangat mungkin disebabkan karena terlalu banyak sujud dan duduk berzikir. Pengalaman membuktikan bahwa orang yang berdiri lama, tidak membuat kaki bengkak. Buktinya orang-orang yang bekerja dengan terus-menerus menyandarkan kekuatannya pada kaki, mereka tidak mengalami kebengkakan kaki. Tetapi coba Anda duduk bersila, atau duduk seperti shalat, dan jangan bergerak atau bergesar sampai 2 jam, Anda akan mengalami kesemutan. Jika duduk Anda lebih dari sekian jam dan tidak digerakkan sama sekali, maka sangat mungkin kaki Anda bisa bengkak. Hal ini terjadi karena kaki mengalami kekurangan pasokan oksigen, atau

sebagian otot kaki ada yang tertekuk dan tidak mendapat aliran darah secara sempurna. Gejala ini disebut ***Deep Vein Thrombosis*** (DVT), atau trombosis vena dalam. Darah yang ngumpul di kaki akhirnya membeku di pembuluh darah vena (pembuluh balik) menyebabkan kaki bengkak, nyeri, kemerahan, serta teraba hangat.

Duduknya Rasulullah Saw yang membuat kaki bengkak itu menunjukkan bahwa beliau sesudah shalat banyak berzikir kepada Allah. Rasulullah Saw menjadikan shalat sebagai ***mikraj*** atau tangga menuju Allah, dan menjadikan zikir sebagai cara untuk menyelaraskan energi dengan alam semesta. Rasulullah Saw duduk dalam keadaan sedemikian rupa sehingga benar-benar bisa fokus dan channelling kepada Allah, Tuhan yang menjadi pusat segala energi.

Rasulullah Saw sangat menikmati zikirnya, sehingga tidak terasa kakinya telah sedemikian bengkak. Kenikmatan itu tentu mulanya dirasakan oleh fisik yang sangat rileks. Orang yang melakukan aktivitas dengan suka cita dan senang hati, rileks tanpa melibatkan ketegangan fisik dan pikiran, dia akan benar-benar bisa mencapai kesadaran paling tinggi. Saking asyiknya, beliau tidak lagi ingat apa-apa, kecuali Allah. Dalam dunia modern, apa yang dialami oleh Rasulullah Saw itu telah masuk ke gelombang otak alpha-theta. Bahkan sangat mungkin lebih dari itu. Ini artinya, Rasulullah Saw sudah sangat khusyuknya sehingga masuk ke dalam dunia gaib bersama Allah.

Dalam kondisi seperti itu, pikiran sadar sudah tidak berperan sama sekali, dan yang berperan adalah pikiran bawah sadar. Karena yang bekerja adalah pikiran bawah sadar, maka kekuatannya sangat dahsyat. Zikir yang

dilakukan oleh Rasulullah Saw, sudah tidak melibatkan pikiran sadar. Zikir yang demikian itu sudah dijalankan secara otomatis oleh sistem tubuh secara holistik. Zikir itu sudah langsung channelling kepada Allah. Sebab kalau masih melibatkan pikiran sadar, itu namanya tafakkur. Dan kita tahu kekuatan pikiran bawah sadar jauh lebih dahsyat dibandingkan kekuatan pikiran sadar yang hanya berdaya 12 persen.

Zikir yang dilakukan oleh Rasulullah Saw seperti tersebut merupakan Zikir Khusus, karena tidak dikerjakan bersama jamaah. Dan zikir semacam ini pulalah yang ditempuh oleh para wali Allah dan ahli thareqat sebagaimana sudah saya sebutkan di atas.

Bagi kita, yang ingin membuka bashirah dan memberdayakannya untuk tujuan-tujuan tertentu, kita laksanakan shalat malam terlebih dahulu, baru kita lanjutkan dengan zikir Asmaul Husna. Kita pilih salah satu Asmaul Husna, yaitu nama Allah yang berkenaan dengan tujuan kita. Misalnya kalau kita bertujuan minta energi yang menarik rezeki, maka kita zikirkan nama "Ya Syakuur." Untuk mengetahui Asmaul Husna yang mana, silakan baca buku saya Mukjizat Asmaul Uzma, Asmaul Husna Doa Para Kekasih Allah dan Quantum Zikir Teknik Menghadirkan Keajaiban yang disertai dengan Software Quantum Zikir.

Agar bashirah mampu mencapai spiritualitas yang tinggi dan mampu mengetahui hal-hal yang gaib, maka Asmaul Husna yang dizikirkan adalah sebagai berikut:

يَااَللهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ
يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allaah, Yaa Nuur, Yaa Haadii, Yaa Baathin, Yaa Zhaahir, Yaa Mubiin, Yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

- Yaa Allaah, untuk meraih segalanya.
- Yaa Nuur, untuk mendapat cahaya dan mengakses alam semesta.
- Yaa Haadii, untuk mendapatkan petunjuk.
- Yaa Baathin, untuk mengetahui yang tersembunyi.
- Yaa Zhaahir, untuk menampakkan segala sesuatu.
- Yaa Mubiin, untuk membuat segalanya menjadi jelas.
- Yaa Kaasyifu, untuk melihat yang gaib.
- Yaa 'Aliimu, untuk mengetahui hal-hal yang tidak diketahui.
- Yaa Hakiimu, untuk menjadi orang yang bijaksana.

Semua nama-nama Allah tersebut hampir sama kegunaannya, tetapi energinya berbeda-beda. Anda bisa membaca salah satunya untuk zikir khusus sesuai dengan tujuan Anda, atau Anda juga bisa menzikirkan kesemuanya.

Asmaul Husna yang dizikirkan agar bashirah mampu menarik rezeki dan kemakmuran hidup adalah sebagai berikut:

يَااَللهُ يَافَتَّاحُ يَارَزَّاقُ يَاغَنِيُّ يَامُغْنِيْ يَاكَافِي
يَاوَهَّابُ يَامُعْطِي يَاجَوَّادُ يَاكَرِيْمُ يَارَحِيْمُ
يَاوَاسِعُ يَابَاسِطُ

Yaa Allaah, Yaa Fattah, Yaa Razzaaq, Ya Ghaniyyu, Yaa Mughnii, Yaa Kaafii, Yaa

Wahhaab, Ya Mu'thii, Yaa Jawwaad, Yaa Kariim, Yaa Rahiim, Yaa Waasi', Yaa Baasith.

- Yaa Fattaahu, untuk membuka seluruh pintu kebaikan.
- Yaa Razzaaqu, untuk menarik rezeki.
- Yaa Ghaniyyu, untuk menjadi orang yang kaya.
- Yaa Mughni, untuk menjadi makmur dan memberi berkemakmuran pada orang lian.
- Yaa Kaafi, untuk menjadi orang yang berkecukupan.
- Yaa Wahhaabu, untuk menarik karunia yang berlimpah.
- Yaa Mu'thii, untuk mendapatkan keinginan.
- Yaa Jawwadu, untuk mendapatkan kemurahan Allah.
- Yaa Kariimu, untuk mendapatkan kemluliaan hidup.
- Yaa Rahiimu, untuk mendapatkan kasih sayang Allah.
- Yaa Waasi'u, untuk mendapatkan keluasan hidup.
- Yaa Baasithu, untuk menarik semua energi yang dihamparkan Allah.

Semua nama-nama Allah tersebut hampir sama kegunaannya, tetapi energinya berbeda-beda. Anda bisa membaca salah satunya untuk zikir khusus, atau Anda juga bisa menzikirkan kesemuanya.

Bashirah juga bisa dibangkitkan dengan zikir umum. Namun dengan zikir umum tanpa diawali dengan bimbingan seorang guru atau Mursyid (dalam istilah ilmu tenaga dalam disebut Master), kebangkitannya sangat lambat. Karenanya, cara yang paling bagus adalah dengan memperoleh ijzah atau attunement.

Bersinergi Dan Menyerap Energi Alam Semesta

Manusia seperti sudah saya sebutkan adalah makhluk gaib. Dikatakan gaib karena ternyata yang sangat berperan dalam dirinya adalah hal-hal yang gaib, yaitu roh, akal dan jiwa. Itu sebabnya, manusia juga sangat perlu diberikan asupan-asupan yang bersifat gaib. Shalat, zikir, mantra, doa dan kalimat-kalimat thayyibah adalah bentuk asupan gaib. Asupan diproses oleh hati maupun jantung sehingga menjadi energi vibrasi yang sangat lembut merambat ke sekujur tubuh.

Bukti atau dalil agama yang menyatakan bahwa zikir merupakan cahaya yang diproses oleh sistem tubuh dan menjadi energi vibrasi adalah firman Allah:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka, dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal (QS. Al-Anfal/8: 2)

Allah juga menyatakan "ketahuilah dengan berzikir, hati akan menjadi tenteram" (QS. Ar-Ra'd: 28). Itu artinya, bahwa zikir yang kita ucapkan langsung diterima oleh

akal, jiwa dan roh, lalu diproses oleh alam bawah sadar dan dikirimkan ke jantung. Jantung yang tadinya berdebar-bedar, mendapatkan energi zikir yang halus itu berubah seketika menjadi teratur dan tidak berdebar-debar lagi. Kemudian secara halus energi itu dialirkan ke seluruh tubuh bersamaan dengan mengalirnya darah.

Hati adalah fungsi spiritual yang sistem kerjanya dikelola oleh roh, akal dan jiwa. Hati dilambangkan oleh tubuh dalam bentuk organ jantung. Melalui hati Allah memberikan cahaya atau energi. Dan zikir adalah termasuk energi Allah yang masuk ke dalam jantung. Kemudian jantung menyalurkan energi setelah memprosesnya. Dengan cepat hati bisa menyalurkan energi dan dengan cepat pula hati menyerap dan menyinergikan energi alam semesta. Pantas saja Allah menjamin, hati orang-orang yang bergetar (berenergi), mereka akan mampu **channelling** dengan cepat kepada Allah dan mampu mengakses alam semesta. Merekalah orang-orang yang memperoleh apa yang mereka kehendaki. Allah berfirman:

وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوا وَّقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ. أُولَٰئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ

Dan orang-orang yang memberikan apa yang sudah diberikan kepadanya dan hatinya mengeluarkan getaran energi, sesungguhnya merekalah yang kembali kepada Tuhan. Mereka selalu bergerak cepat dalam mendapat kebaikan-kebaikan, dan merekalah orang-orang yang lebih dahulu (cepat) memperolehnya (QS. Al-Mukminun/23: 60-61).

Roh, akal dan jiwa hanya akan berdayaguna dan menjalankan tugasnya manakala mendapat pasokan energi yang halus. Roh, jiwa dan akal hanya bisa bersinergi dengan semua energi yang halus. Raga yang menjadi kendaraannya juga harus dibiasakan mampu menangkap hal-hal yang halus. Dan untuk bisa mengakses hal-hal yang halus itu, kita harus menggunakan teknologi sebagaimana berikut.

1. Relaksasi

Relaksasi adalah suatu cara untuk menenangkan fisik, menghilangkan ketegangan pikiran dan jiwa sekaligus membatasi aktivitas dari hiruk pikuknya kehidupan sehari-hari, sehingga seseorang benar-benar merasakan sangat tenang.

Relaksasi di era sekarang ini merupakan kebutuhan pokok manusia. Tanpa relaksasi, manusia akan mengalami musibah besar. Bayangkan hidup Anda sekarang ini, di mana Anda tidak bisa menghindar dari berbagai masalah hidup. Di rumah, Anda harus mampu mengatasi seluruh persoalan rumah tangga, dengan pasangan hidup dan anak-anak. Di kantor, Anda harus menyelesaikan tugas dan pekerjaan yang terus silih berganti, belum lagi dengan klien, perbedaan pendapat dan pendapatan dengan kawan-kawan. Di jalan, Anda harus mengalami semrawutnya lalu lintas, bising suara kendaraan dan polusi udara. Di tempat kerja, apakah Anda sebagai buruh, petani, nelayan, tukang, pedagang, bahkan penagih hutang, Anda dihadapkan pada banyak masalah dan Anda harus bisa menangani semua

itu. Apakah tidak pusing kepala Anda. Anda bisa saja tetap tegar, namun tidak mustahil Anda bisa stres.

Karena itu Anda sangat perlu melakukan relaksasi. Dengan relaksasi Anda bisa membebaskan fisik dan pikiran dari semua tumpukan masalah yang Anda hadapi. Dengan relaksasi, otot dan saraf mengendur dan tidak mengejang, sehingga aliran darah bisa mengalir tanpa hambatan. Fisik Anda menjadi bugar dan pikiran fresh siap bekerja kembali. Yang lebih dashyat lagi, Anda bisa menghilangkan stres yang menjadi sumber segala macam penyakiti psikis dan penyakit fisik.

Banyak cara untuk membuat diri kita bisa rileks. Anda bisa melakukannya dengan duduk yang nyaman atau berselonjor kaki, mengendurkan seluruh otot sambil memejamkan mata dan menarik nafas dalam lalu menghembuskannya. Tetapi ada 3 teknik pernafasan yang lebih efektif, berhasilguna dan berdayaguna, yaitu:

a. Autogenic relaxation (dengan zikir dan sugesti)

Relaksasi jenis ini dilakukan dengan menggunakan visualisasi dan sugesti kepada seluruh anggota tubuh. Dengan mengulangi zikir dan segesti kata-kata, seseorang dapat membuat seluruh otot dan saraf mengendur dan benar-benar rileks.

Caranya:

1. Cari tempat yang hening dan tenang.
2. Duduklah dengan nyaman, kendurkan urat saraf, hilangkan ketegangan, dan tersenyumlah.
3. Pejamkan mata, jangan rapat-rapat. Tarik nafas panjang, kemudian hembuskan. Lakukan sebanyak 3 kali.
4. Mulailah mengucapkan zikir:

Bismilllaahirrahmanirrahiim.

Alhamdu lillaahi rabbil Aalamiin. Arrahmanir rahiim. Maaliki yaumiddiin. Iyyaaka na'budu waiyyaaka nastai'iin. Ihdinash shiraathal mutaqiim. Shiraathal ladziina an'amta 'alaihim ghairil maghdhuubi 'alaihim waladh dhaallin. Amin.

Asyhadu allaa ilaaha illallaah, wa asyhadu anna muhammadar rasuulullaah.

Allaahumma shalli 'alaa muhammadin wa alaa alihi washahbih ajma'iin.

Astaghfirullaahal azhim ... (saya mohon ampuan kepada Allah Yang Maha Agung) ...3 kali.

Yaa hayyu yaa qayyum yaa dzal jalaali wal ikraam ....(Waha Tuhan Yang Maha Hidup, wahai Tuhan Yang Maha Mendirikan, wahai Tuhan yang memiliki keagungan dan kemuliaan) ....3 kali.

Ilahii anta maqshuudii wa ridhaaka mathluubii (Ya Tuhan, Engkaulah yang menjadi tujuan saya dan ridha-Mulah yang saya cari) ... 7 kali.

Visualisasikan dan ciptakan gambar dalam pikiran, Anda sedang rileks dan terus memberikan sugesti kepada diri sendiri untuk merasakan ketenangan. Skrip di bawah ini bisa membantu Anda, hayatilah!

"Ya Allah saya ingin memasuki relaksasi. Saya melepaskan semua urusan dan masalah saya. Saya melepaskan semua belenggu yang mengikat saya. Sesungguhnya ibadah saya, pengorbanan saya. hidup dan mati saya, saya serahkan kepada Allah. Saya damai bersama Allah. Saya tenang bersama Allah. Saya bahagia

bersama Allah. Saya mengistirahatkan seluruh tubuh dan fikiran saya. Saya perintahkan seluruh otot dan saraf saya mengendor dan merasakan relaksasi paling dalam. Setiap kali saya menarik nafas dan setiap kali saya menghembuskan nafas, saya memasuki relaksasi yang lebih dalam..., semakin dalam, dan saya benar-benar sangat rileks."

Anda bisa menambahkan sugesti secara terperinci, misalnya:

"Kepala saya menjadi sangat ringan, semakin ringan dan sangat rileks. Leher saya menjadi ringan, semakin ringan dan sangat rileks. Pundak saya menjadi sangat ringan, semakin ringan dan rileks. Tangan saya menjadi sangat ringan, semakin ringan dan rileks. Dada saya lapang dan jantung saya semakin teratur, semakin tenang, dan benar-benar sangat rileks. Perut saya, dan punggung saya semakin ringan, semakin ringan dan benar-benar sangat rileks. Pinggang saya semakin ringan, semakin ringan dan sangat rileks. Kaki saya, paha saya, lutut hingga ujung jari kaki saya semakin ringan, semakin ringan dan benar-benar sangat rileks."

b. Progressive muscle relaxation

(konsentrasi mengencangkan sebagian otot)
Jenis relaksasi ini hanya cocok untuk melepaskan ketegangan semata, tidak cocok digabungkan dengan kegiatan ritual. Teknik relaksasi ini dilakukan dengan cara fokus pada kontraksi otot tertentu dan relaksasi pada otot-otot tubuh yang lainnya. Latihan ini membantu seseorang untuk fokus pada perbedaan antara ketegangan dan relaksasi otot. Saat Anda menegangkan satu anggota

dan fokus di sana, saat itu pula anggota atau otot-otot tubuh yang lain rileks. Relaksasi ini digabungkan dengan pernafasan.

Caranya:
Carilah tempat yang tenang dan cukup lapang untuk Anda bisa tidur telentang dengan kaki selonjor dan kedua tangan membentang. Pejamkan mata, ambil nafas panjang, hembuskan dan tersenyumlah!

1. Angkat kaki kanan sambil menarik nafas dan tahan beberapa detik. Kemudian turunkan kaki ke posisi semula sambil menghembuskan nafas sampai perut kosong.
2. Angkat kaki kiri sambil menarik nafas dan tahan beberapa detik. Kemudian turunkan kaki ke posisi semula sambil mengehembuskan nafas sampai perut kosong.
3. Angkat tangan kanan sampai berdiri tergak lurus sambil menarik nafas dan tahan beberapa detik. Kemudian turunkan tangan ke posisi semula sambil menghembuskan nafas sampai perut kosong.
4. Angkat tangan kiri sampai berdiri tergak lurus sambil menarik nafas dan tahan beberapa detik. Kemudian turunkan tangan ke posisi semula sambil menghembuskan nafas sampai perut kosong, tangan kembali pada posisi semula.
5. Angkat kepala dengan mendongak ke atas sambil menarik nafas panjang dan tahan sejenak. Kemudian turunkan kembali ke posisi semula sambil menghembuskan nafas sampai perut kosong.

6. Angkat dada ke atas sambil menarik nafas panjang dan tahan beberapa detik. Kemudian turunkan ke posisi semula sambil menghembuskan nafas sampai perut kosong.

Lakukan demikian itu sampai 7 kali. Relaksasi ini juga bisa Anda lakukan setiap malam menjelang tidur. Insya Allah Anda akan menikmati tidur yang nyenyak di samping mendapatkan manfaat lain yang sangat banyak, di antaranya bisa membuat perut Anda menjadi langsing, kaki, tangan dan leher tidak mudah mengalami kram.

Relaksasi ini bisa Anda niatkan untuk membersihan diri dari kemunafikan dan mengisinya dengan kebajikan. Anda juga bisa meniatkan untuk menyerap energi positif dan membuang energi negatif. Anda bisa meniatkan untuk mendatangkan pengobatan dan membuang penyakit. Singkatnya Anda bisa meniatkan untuk menarik yang baik dan membuang yang buruk. Misalnya:

- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik kebahagiaan. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kesedihan.
- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik keberuntungan. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kesialan.
- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik kesembuhan. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang penyakit.
- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik ilmu. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kebodohan.

- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik kasih sayang. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kemarahan.
- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik kesantunan. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kekasaran.
- Saat Anda menarik nafas, niatkan Anda menarik cinta. Dan saat membuang nafas, niatkan Anda membuang kebencian.

Dalam pernafasan semacam ini Anda juga menzikirkan Asmaul Husna.

- Saat menarik nafas panjang, Anda zikirkan dalam hati "Yaa Hayyu Ya Qayyum" dengan niat mohon diberikan kehidupan yang berlimpah dan diberikan kemandirian dalam segala hal.
- Saat menghembuskan nafas, Anda zikirkan dalam hati "Yaa Dzal Jalali Wak Ikram" dengan niat diberikan keagungan dan kemuliaan.

c. Visual relaxation (dengan berimajinasi).

Dalam teknik relaksasi ini, Anda membentuk citra mental, membuat visualisasi sebuah perjalanan merasakan situasi dan kondisi yang sangat damai. Setelah Anda mengendurkan semua otot dan saraf, Anda berimajinasi membuat gambar hidup Anda sedang menikmati sebuah situasi yang benar-benar sangat menyenangkan dan membuat Anda segar dan lepas dari semua yang melelahkan.

Dalam memvisualisasikan, Anda hanya bernafas biasa. Awali dahulu dengan menghirup nafas panjang, tahan sejenak, dan hembuskan melalui mulut. Sesudah itu, pejamkan mata dan mulailah memvisualisasikan suasana yang membuat Anda nyaman dan menyenangkan. Skrip di

bawah ini bisa membantu Anda untuk sebuah visualisasi!

"Saya sekarang berada di sebuah taman yang benar-benar indah. Saya sedang menikmati bunga-bunga yang harum semerbak. Saya duduk di saung melihat pemandangan itu. Saya merasakan sejuknya udara. Saya benar-benar merasakan semua beban hilang. Pikiran semakin tenang, semua kegelisahan digantikan kebahagiaan. Tubuh saya terasa ringan, semakin ringan dan menjadi sangat ringan. Angin berhembus semilir membuat saya mengantuk. Mata saya semakin tidak bisa ditahan. Saya tertidur dengan lelap dan nikmat sekali. Semakin dalam tidur saya, dan tidur saya benar-benar sangat lelap..... Alhamdulillah saya telah menikmati tidur nyenyak dan kini saya ingin bangun kembali dalam kedaan segar bugar penuh gairah. Satu dua tiga saya bangun dan membuka mata."

2. Pernafasan

Manusia bisa hidup tanpa bicara, tanpa melihat, tanpa mendengar, tanpa makan beberapa hari dan juga tanpa minum. Tetapi manusia tidak mungkin hidup tanpa menghirup undara atau bernafas. Nafas adalah tanda kehidupan manusia. Bernafas berarti memberi tanda kehidupan manusia. Mengatur nafas, berarti mengatur tanda kehidupan manusia yang berkaitan dengan fisiknya, kekuatannya, energinya, dan kesehatannya. Kalau begitu, pernafasan mempunyai arti penting bagi manusia.

Pernafasan yang bagus bisa membantu menentukan kualitas hidup manusia. Karena itulah, maka para ahli melakukan berbagai risech dan percobaan tentang teknik pernafasan. Mereka menemukan formula atau teknik-teknik pernafasan yang luar biasa. Dengan teknik pernafasan tertentu, sesorang bisa mencapai kualitas hidup yang tinggi dan mampu menghadirkan hal-hal yang menakjubkan.

Di awal buku ini saya sudah mengungkap teknik pernafasan bagi ahli thareqat. Dengan teknik pernafasan, mereka mampu meraih kesadaran energi yang sangat tinggi. Mereka mampu mencapai ***transcendental*** (di luar pengertian dan pengalaman manusia biasa), meraih keajaiban hidup. Maka dalam bab ini, saya ingin memberitahukan dasar-dasar pernafasan yang nantinya kita terapkan untuk memberdayakan bashirah.

Berdasarkan cara bernafas, pernafasan ada 3:

1. Menarik nafas dari hidung dan menghembuskannya lewat hidung.
2. Menarik nafas dari hidung dan menghembuskannya lewat mulut.
3. Menarik nafas dari mulut dan mengeluarkannya dari mulut.

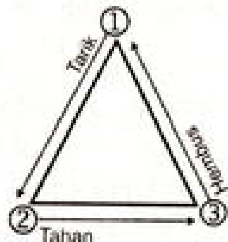
Berdasarkan siklus bernafas, pernafasan ada 3 macam:

1. Pernafasan biasa.

   Disebut juga nafas diafragma. Pernafasan ini seperti kita bernafas biasa, yakni menghirup udara dan langsung menghembuskannya. Namun dalam praktek pemberdayaan bashirah, pernafasan ini kita lakukan dalam tempo agak lama. Yaitu menarik nafas pelan-pelan beberapa detik masuk ke diafragma, kemudian mengembuskannya pelan-pelan sambil mengempiskan perut.

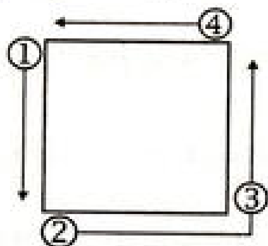
2. Pernafasan segitiga.

Pernafasan segitiga hanyalah sebagai gambaran, seperti kita sedang mengarahkan jalannya nafas mengelilingi segita. Yaitu menarik nafas mengikuti sisi kesatu, menahannya di sisi kedua dan menghembuskannya di sisi yang ketiga.



- Angka 1 = tarik nafas.
- Angka 2 = tahan nafas.
- Angka 3 = hembus nafas.
- Tarik, tahan dan hembus sama panjangnya

3. Pernafasan segi empat.
3. Pernafasan segi empat hanyalah sebagai gambaran, seperti kita sedang mengarahkan jalannya nafas mengelilingi segi empat. Pada sisi yang pertama kita tarik nafas, pada sisi yang kedua kita tahan nafas, pada sisi yang ketiga masih menahan nafas, dan pada sisi yang ke empat kita hembuskan nafas.



- Angka 1 = tarik nafas.
- Angka 2 = tahan nafas.
- Angka 3 = masih tahan nafas.
- Angka 4 = hembuskan nafas.

Berdasarkan cara menahan nafas, ada 2 macam pernafasan, yaitu:

1. Pernafasan Dada.

   Adalah pernafasan yang melibatkan otot antartulang rusuk. Intinya adalah menahan nafas yang dihirup, lalu ditahan di rongga dada untuk beberapa detik baru dihembuskan. Mekanismenya dapat dibedakan sebagai berikut.* (http://id.wikipedia.org)

   1. Fase inspirasi. Fase ini berupa berkontraksinya otot antartulang rusuk sehingga rongga dada membesar, akibatnya tekanan dalam rongga dada menjadi lebih kecil daripada tekanan di luar sehingga udara luar yang kaya oksigen masuk.

   2. Fase ekspirasi. Fase ini merupakan fase relaksasi atau kembalinya otot antara tulang rusuk ke posisi semula yang dikuti oleh turunnya tulang rusuk sehingga rongga dada menjadi kecil. Sebagai akibatnya, tekanan di dalam rongga dada menjadi lebih besar daripada tekanan luar, sehingga udara dalam rongga dada yang kaya karbon dioksida keluar.

2. Pernafasan Perut.

   Adalah pernafasan yang melibatkan otot diafragma. Intinya adalah menahan nafas yang dihirup, lalu ditahan di dalam perut untuk beberapa detik sambil menekannya keluar dari arah punggung ke pusar. Mekanismenya dapat dibedakan sebagai berikut. * (http://id.wikipedia.org)

   1. Fase inspirasi. Fase ini berupa berkontraksinya otot diafragma sehingga rongga dada membesar, akibatnya tekanan dalam rongga dada menjadi lebih kecil daripada tekanan di luar sehingga udara luar yang kaya oksigen masuk.

   2. Fase ekspirasi. Fase ini merupakan fase relaksasi atau kembalinya otot diaframa ke posisi semula yang

dikuti oleh turunnya tulang rusuk sehingga rongga dada menjadi kecil. Sebagai akibatnya, tekanan di dalam rongga dada menjadi lebih besar daripada tekanan luar, sehingga udara dalam rongga dada yang kaya karbon dioksida keluar.

3. Meditasi

Dalam bab Zikir Membuka Kegaiban Menembus Batas Ruang dan Waktu, Anda telah mengetahui teknik zikir yang ditempuh oleh ahli thareqat. Satu di antara cara yang dilakukan adalah dengan "Munjajat." Kata "Munajat" itu sendiri berasal dari bahasa Arab, yang berarti mendekat kepada Allah dengan mengucapkan kalimat seperti sedang bebisik-bisik kepada-Nya, memohon ampun (membersihkan diri), menyelaraskan kehendak dengan kehendak-Nya, menyampaikan harapan, dan meminta daya dan kekuatan.

"Meditasi" sama dengan "Semadi," dan orang Jawa menyebut "Semedi". Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, mmedetiasi berarti memusatkan pikiran dan perasaan. Kegiatan ini sama dengan yang dilakukan oleh Rasulullah ketika berada di Goa Hira yang kemudian didatangi oleh Malaikat Jibril untuk memberikan wahyu. Bahasa Arabnya adalah "Tahannuts." Dalam buku ini "Meditasi" saya maknai sama dengan "Munajat." Jadi, ketika dalam latihan saya sebutkan "Meditasi" itu maksudnya adalah "Munajat."

Kamus Bahasa Arab Modern, menyebutkan "Meditasi" sama dengan "Ta'ammul" yang artinya melakukan perenungan diri, memusatkan konsentrasi pada sebuah fokus.

Meditasi selalu dilakukan bersamaan dengan pernafasan, maka setiap pada saat ingin mengakses atau channelling nanti, penulis selalu menggunakan istilah "Meditasi Pernafasan."

Meditasi merupakan teknologi yang amat sangat penting untuk memberdayakan bashirah. Meditasi ini harus dibarengi dengan pernafasan. Pernafasan yang dipakai adalah pernafasan segitiga. Pernafasan ini dikonsentrasikan pada cakra.

Maksud pernafasan dikonsentrasikan pada cakra, ialah ketika Anda menarik nafas, Anda memvisualisasikan nafas yang Anda tarik itu masuk ke dalam cakra. Setelah Anda tahan nafas itu di cakra, Anda viusalisasikan nafas itu keluar lagi dari cakra. Begitu seturusnya secara berurut-turut Anda lakukan pernafasan dari cakra yang satu ke cakra yang berikutnya, hingga sampai satu putaran (suklus). Kemudian dilanjutkan memasuki siklus kedua dan seterusnya.

Meditasi yang dibarengi dengan pernafasan, kekuatannya semakin dahsyat. Dia menjadi ritual memberdayakan bashirah sekaligus menjadi media untuk membersihkan diri dari kotoran jiwa (karma), membersihkan dan menyelaraskan seluruh cakra, mengaktifkan kesadaran energi, menyerap energi alam semesta dan menguatkan mental spiritual.

Ketika Anda menarik nafas, Anda berzikir "Yaa Allah." Di sini Anda menarik energi nama **Allah** ke dalam cakra Anda. Di cakra itu energi nama Allah bersemayam.

Pada saat Anda menghembuskan nafas, Anda menzikirkan Asmaul Husna (masing-masing cakra punya

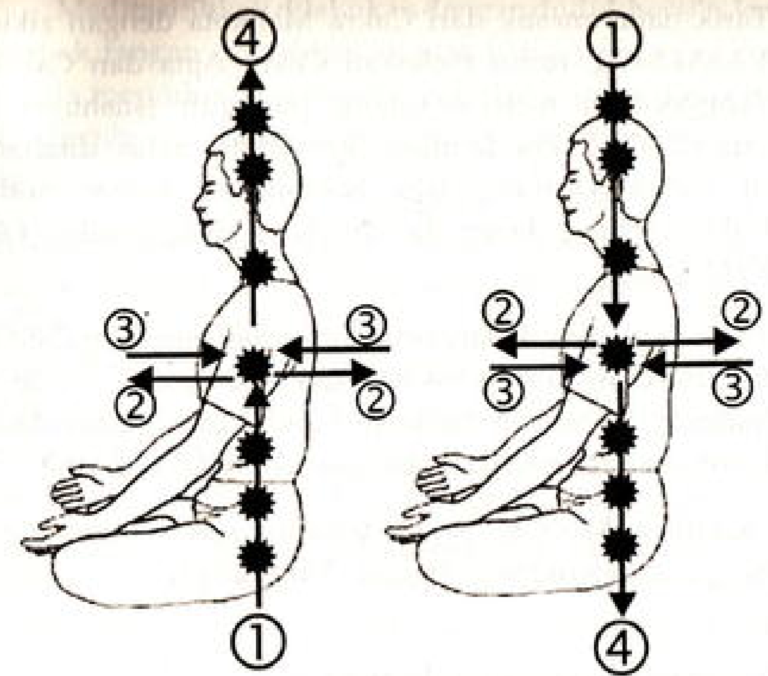
zikir Asmaul Husna). Dari cakra ini Anda memancarkan frekuensi energi Asmaul Husna yang telah Anda miliki untuk alam semesta, lalu menangkap frekuensi alam semesta yang sama, dan Anda menariknya ke dalam diri Anda. Jadilah energi Anda semakin besar dan semakin dahsyat. Ingat setiap energi yang Anda keluarkan akan kembali kepada Anda dengan membawa energi lain yang sama.

Banyak sekali teknik meditasi pernafasan. Namun kepada Anda, saya ajarkan dua macam meditasi pernafasan yang sangat penting, yaitu:

a. Meditasi Prana (makrokosmos)

Meditasi Prana, sama dengan "Munajat." Meditasi ini berdaya untuk meningkatkan kesadaran Prana, atau kesadaran makrokosmos (energi umum), sehingga akan meningkatkan kemampuan untuk **channelling** terhadap energi-energi tradisi yang termasuk kelompok Prana. Prana adalah jagad besar atau makrokosmos. Prana disebut juga *Chi*, yaitu energi atau kekuatan alam yang mengisi seluruh semesta. Maka dalam melakukan meditasi ini, praktisi diarahkan dengan kesadaran biasa. Di bawah nanti akan Anda ketahui macam-macam energi tradisi.

Meditasi Prana menggunakan pernafasan segitiga, dan nafas ditahan di dada (Cakra Jantung). Dalam meditasi pernafasan ini praktisi harus memvisualisasikan masuknya nafas ke Cakra Jantung, mengendapkannya dan menghembuskannya dari Cakra Jantung. Siklus pernafasan dapat Anda praktekkan seperti gambar berikut ini.



- Duduk bersila, kedua telapak tangan diletakkan di atas paha, punggung tegak, kepala menunduk ke tengah-tengah dada, dan mata dipejamkan dengan ringan.

- Tarik nafas masuk dari Cakra Dasar dengan zikir **YA ALLAH**, naik melalui tulang punggung (sushumna) sampai di Cakra Jantung, kemudian nafas ditahan di Cakra Jantung, lalu hembuskan keluar arah Cakra Jantung depan dan belakang dengan zikir YA KHAALIQ.

- Tarik nafas masuk dari arah depan dan belakang Cakra Jantung dengan zikir YA ALLAH. Tahan nafas di Cakra Jantung, kemudian tarik ke atas dan hembuskan keluar dari Cakra Mahkota sambil zikir YA DZAL JALALI WAL IKRAM..

- Tarik nafas masuk dari Cakra Mahkota dengan zikir YA ALLAH, turun melewati Cakra Ajna dan Cakra Tenggorokan melalui tulang pungguh (sushumna) sampai di Cakra Jantung, kemudian nafas ditahan di Cakra Jantung, lalu hembuskan keluar arah Cakra Jantung depan dan belakang dengan zikir YA KHAALIQ.
- Tarik nafas masuk dari arah depan dan belakang Cakra Jantung dengan zikir YA ALLAH, tahan nafas di Cakra Jantung, kemudian tarik ke bawah dan hembuskan keluar dari Cakra Dasar dengan zikir YA MUGHNI.

Lakukan Meditasi Prana tersebut secara sempurna (gabungan dua gambar), minimal 3 kali sehari.

b. Meditasi Shakti (mikrokosmos).

Meditasi Shakti sama dengan "Munajat." Meditasi ini berdaya untuk meningkatkan kesadaran Shakti atau kesadaran mikrokosmos (energi khusus), sehingga akan meningkatkan kemampuan untuk *channelling* terhadap energi-energi tradisi yang termasuk kelompok Shakti. Shakti artinya jagad kecil, yaitu semua satuan energi alam yang ada di alam semesta. Maka dalam meditasi ini, praktisi harus mengarahkan kesadarannya yang paling tinggi, dengan penuh keikhlasan dan penuh keyakinan.

Meditasi Shakti menggunakan pernafasan segitiga, dan nafas dada. Dalam meditasi ini praktisi harus memvisualisasikan masuk dan keluarnya nafas ke seluruh cakra, mengendapkannya dan menghembuskannya secara berurutan. Siklus pernafasan dapat Anda praktekkan dengan melihat gambar dan penjelasannya,

Meditasi Shkati dilakukan dengan duduk bersila, kedua telapak tangan diletakkan di atas paha, punggung tegak, kepala menuduk ke tenga-tengah dada, mata dipejamkan dan hembusan nafas ditekan keras (mendengkur).

Perlu Anda ketahui bahwa 7 Cakra Utama itu masing-masing mempunyai dua sisi, yaitu sisi depan dan sisi belakang. Karena itu, meditasi pernafasannya harus menempuh dua jalur, yaitu mulai dari Cakra Dasar depan, naik ke Cakra Seks depan, naik ke Cakra Pusar depan, naik ke Cakra Jantung depan, naik ke Cakra Tenggorokan depan, visuasilasi nafas ditarik menyilang ke Cakra Anja belakang, kemudian naik ke Cakra Mahkota, menurun ke Ajana Depan dan menyilang lagi ke Cakra Tenggorokan belakang baru turun ke Cakra Jantung Belakang, ke Cakra Pusar belakang, ke Cakra Seks belakang dan terus kembali ke Cakra Dasar.



Penjelasan:
Zikir yang diucapkan ketika menarik nafas dan menghembuskan nafas di masing-masing cakra adalah:

- Cakra Dasar. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: **"Yaa Mughnii."**
- Cakra Seks. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas:**"Yaa Hayyu."**
- Cakra Pusar. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: **"Yaa Razzaaqu."**
- Cakra Jantung. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: "Yaa Khaaliqu."
- Cakra Tenggorokan: Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: **"Yaa Qawiyyu."**
- Cakra Ajna. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: **"Yaa Rahiimu."**
- Cakra Mahkota. Tarik nafas: **"Yaa Allah."**
  Hembus nafas: **"Yaa Dzal Jalaali Wal Ikaram."**

Teknik pernafasannya adalah:

1. Tarik ke Cakra -Tahan - Hembuskan.
2. Tarik ke Cakra - Tahan - Hembuskan.
3. Tarik ke Cakra - Tahan dan pindah ke Cakra berikutnya - Hembuskan.

Siklus (obrbit) Meditasi Shakti dumulai dari Cakra Dasar dan berakhir di Cakra Dasar. Yaitu:

- Tarik nafas ke Cakra Dasar - Hembuskan keluar dari Cakra Dasar.
- Tarik nafas ke Cakra Dasar - Hembuskan keluar dari Cakra Dasar.
- Tarik nafas ke Cakar Dasar - Pindah ke Cakra Seks Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Seks Depan.

- Tarik nafas ke Cakra Seks Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Seks Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Seks Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Seks Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Seks Depan - Pindah ke Cakra Pusar Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Pusar Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Pusar Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Pusar Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Pusar Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Pusar Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Pusar Depan - Pindah ke Cakra Jantung Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Jantung Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Jantung Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Jantung Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung - Pindah ke Cakra Tenggorokan Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Tenggorokan Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Tenggorokan Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan Depan - Hembuskan keluar dari Cakra Tenggorokan Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan - Pindah ke Cakra Ajna Belakang - Hembuskan keluar ke Cakra Ajna Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Ajna Belakang - Hembuskan keluar ke Cakra Ajna Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Ajna Belakang - Hembuskan

keluar ke Cakra Ajna Belakang.

- Tarik nafas ke Cakra Ajna Belakang - Pindah ke Cakra Mahkota - Hembuskan keluar ke atas Cakra Mahkota.
- Tarik napa ke Cakra Mahkota - Hembuskan keluar ke atas Cakra Mahkota.
- Tarik napa ke Cakra Mahkota - Hembuskan keluar ke atas Cakra Mahkota.
- Tarik napa ke Cakra Mahkota - Pindah ke Cakra Ajna Depan - Hembuskan ke luar Cakra Ajna Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Ajna Depan - Hembuskan ke luar Cakra Ajna Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Ajna Depan - Hembuskan ke luar Cakra Ajna Depan.
- Tarik nafas ke Cakra Ajna Depan - Pindah ke Cakra Tenggorokan Belakang - Hembuskan keluar Cakra Tenggorokan Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan Belakang - Hembuskan keluar Cakra Tenggorokan Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan Belakang - Hembuskan keluar Cakra Tenggorokan Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Tenggorokan Belakang - Pindah ke Cakra Jantung Belakang - Hembuskan keluar Cakra Jantung Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung Belakang - Hembuskan keluar Cakra Tenggorokan Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung Belakang - Hembuskan keluar Cakra Tenggorokan Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Jantung Belakang - Pindah ke Cakra Pusa Belakang - Hembuskan keluar Cakra Pusar Belakang.

- Tarik napa ke Cakra Pusar Belakang - Hembuskan keluar Cakra Pusar Belakang.
- Tarik napa ke Cakra Pusar Belakang - Hembuskan keluar Cakra Pusar Belakang.
- Tarik napa ke Cakra Pusar Belakang - Pindah ke Cakra Seks Belakang - Hembuskan keluar Cakra Seks Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Seks Belakang - Hembuskan keluar Cakra Seks Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Seks Belakang - Hembuskan keluar Cakra Seks Belakang.
- Tarik nafas ke Cakra Seks Belakang - Pindah ke Cakra Dasar - Hembuskan keluar Cakra Dasar Bawah.

Sampai di sini Anda baru melakukan meditasi satu siklus. Langsung sambung lagi, sampai Anda mencapai minimal 3 kali siklus. Lakukan setiap hari, dan akan lebih bagus kalau bisa sampai 7 siklus.

Penting diingat! Di dalam latihan atau praktek nanti, ketika penulis menyebutkan:

- **Autogenic relaxation, Anda harus relaksasi diawali dengan zikir: Surat Alfatihah dan seterusnya.**
- **Meditasi pernafasan, Anda harus melakukan tarik nafas dan hembus nafas dengan zikir Asmaul Husna sesuai dengan cakra masing-masing.**

4. Channelling dan Inisiasi

Channelling, maksudnya adalah menghubungkan diri kepada sumber energi Ilahi dan energi alam semesta. Dan inisiasi berarti membuka dan memulai menariknya masuk

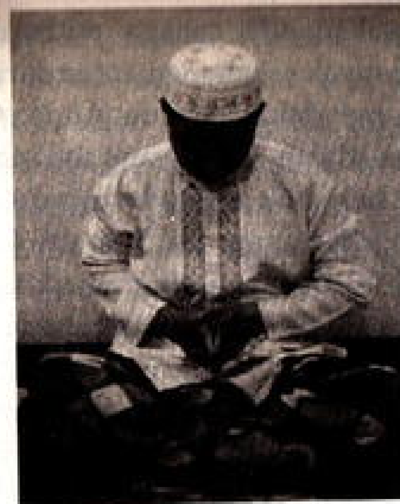
ke dalam diri. Energi alam semesta dimaksud berupa energi-energi tradisi atau energi lainnya.

Sebagai orang yang beragama, kita yakin bahwa sumber segala energi adalah Allah Tuhan Yang Maha Kuasa. Alam semesta seluruhnya dan manusia-manusia pilihan diberi energi oleh Allah. Karena itu setiap kali kita melakukan channelling, kita harus menghubungkan diri kepada Allah dan mohon perkenan-Nya untuk mengakses energi alam semesta. Karena Dialah yang memerintahkan alam semesta untuk tunduk kepada manusia. Allah Swt telah menyatakan dengan firman-Nya:

> "Dan Dia menundukkan untukmu apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi semuanya, (sebagai rahmat) daripada-Nya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang berfikir" (QS. Al-Jaatsiah; 13)

Channelling, atau mengakses energi alam semesta yaitu dengan melakukan afirmasi. Posisi duduk meditasi sempurna, tangan diletakkan di pangkuan dengan merajutkan jari-jari kelingking, jari manis dan jari tengah. Sedangkan kedua jari telunjuk dibiarkan tetap lurus dan saling menempel, kedua ibu jari diatur menyilang. Kepala menunduk, dagu lurus dengan tengah-tengah dada.

Setelah posisi sempurna, mulailah melakukan channelling. Awali dengan doa dan niat menyerap energi alam semesta. Perhatikan baik-baik gambar berikut! Dan di bawahnya adalah contoh transkrip yang bisa Anda ikuti untuk mengkases energi tradisi!



> "Ya Allah Ya Qawiyyu Ya Matin. Yang Maha Kuasa dan Maha Perkasa. Atas kuasa-Mu, izinkan dan perkenankan saya menyerap kesadaran energi tradisi .... secara sempurna."

Anda bisa mengulang-ulang doa dan niat tersebut sampai 3 kali dengan penuh keyakinan bahwa Allah pasti mengabulkannya. Jangan ada keraguan sedikitpun. Jangan berprasangka, jangan berpraduga, dan jangan pula menilai. Nikmati saja rasa dan sensasi yang muncul dalam diri Anda. Jika terlintas ada pikiran lain, maka iyakan, jangan dibantah. Lalu kembalilah berfokus pada doa dan niat Anda.

5. Visualisasi

Setelah melakukan channelling, dengan zikir, berdoa dan niat seperti skrip tersebut, praktisi harus memvisualisiakan bahwa energi dimaksud secara berangsur-angsur masuk ke dalam tubuh praktisi melalui Cakra Mahkota.

Anda imajinasikan ada cahaya putih dan kilatan-kilatan kecil yang banyak sekali memancar dari atas sedang bergerak semakin mendekat kepada Anda. Cahaya dan kilatan itu tiada lain adalah energi yang sedang ingin Anda serap. Cahaya itu bergerak semakin mendekat, semakin mendekat dan menjadi sangat dekat di atas kepala Anda. Bimbinglah dan arahkan cahaya itu masuk ke dalam diri Anda melalui Cakra Mahkota. Tariklah cahaya itu ke dalam diri dan rasakan sensasinya merayap pelan-pelan menurun ke Cakra Ajna, kemudian ke Cakra Tenggorokan, kemudian ke Cakra Jantung. Dari Cakra Jantung, energi itu makin membesar dan merayap bergerak ke seluruh tubuh, ke pundak, tangan dan terus merayap ke Cakra Pusar. Di sini energi itu menjadi sangat kuat pusarannya, lalu bergerak ke Cakra Dasar, hingga ke ujung kaki. Rasakan sensasinya menyebar ke seluruh otot, saraf dan seluruh kulit. Anda bayangkan diri Anda telah dilapisi cahaya itu, jantung Anda dan tangan Anda memancarkan cahaya.

Visualisasikan terus masuknya energi dan rasakan getaran, hingga Anda benar-benar yakin bahwa energi itu telah menyatu dengan diri Anda. Lalu akhiri visualisasi itu dengan memberikan afirmasi (penegasan) bahwa Anda telah memiliki energi itu dan Anda menguncinya tetap berada dalam diri Anda. Ucapkan "Alhamdu lillah, terima kasih Tuhan, saya telah menyerap energi tradisi.....". Satu dua tiga, buka mata pelan-pelan dan tersenyumlah.

***

Energi yang sudah Anda serap tersebut bisa Anda gunakan untuk apa saja. Anda tinggal menciptakan kreasi dengan tangan dan pikiran untuk menyalurkannya, tentu dengan memvisualisasikan.

Visualisasikan seperti tersebut di atas setiap kali Anda ingin menyerap sebuah energi tradisi, apapun energinya. Kemudian jika Anda ingin menyelaraskan energi dan menyerap atau menarik energi yang lain, Anda visualisasikan energi itu sesuai dengan apa yang Anda pahami. Zikir waktu Channelling dan Inisiasi Anda sesuakan dengan Asmaul Husna yang berhubungan dengan energi tersebut.

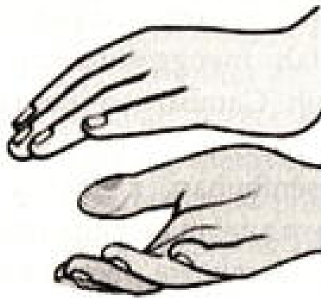
- Menarik energi rezeki, zikirnya adalah "Ya Rozzak." Visualisasinya adalah menggambarkan rezeki apa yang ingin Anda raih. Gambarkan dan rasakan Anda telah mendapatkannya.
- Menarik energi kesembuhan, zikiranya adalah "Ya Syaafi." Visualisasinya adalah menggambarkan adanya cahaya putih yang membawa rasa panas mengusir penyakit. Gambarkan Anda telah merasakan benar-benar sehat.

Teknik Scanning atau Tes Energi

Setelah praktisi melakukan semua teknik-teknik menyerap energi, praktisi bisa memeriksa atau mengecek energi yang sudah diakses dan dihimpun oleh medan-medan energi atau cakra.

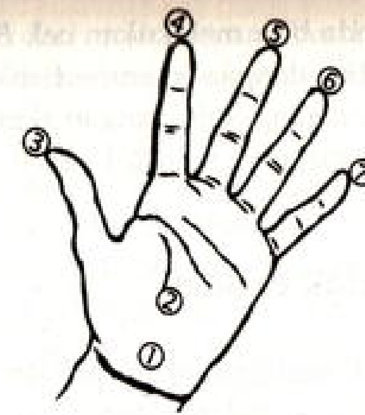
Tarik nafas panjang dan hembuskan. Rilekskan semua otot-otot dan saraf. Gerakkan kedua telapak tangan dengan lentur dan kipas-kipaskan. Setelah itu pertemukan kedua telapak tangan lalu lepaskan dengan menariknya menjadi renggang antara 4-5 cm. Diamkan sejenak, dekatkan kedua telapak tangan lalu tarik kembali, dan diamkan. Pusatkan sensasi dan penghayatan hanya pada kedua telapak tangan

Anda. Anda akan merasakan panas atau dingin. Sensasinya bisa juga seperti ditusuk-tusuk, atau ditekan-tekan, atau getararan halus sedang merayap. Bagi Anda yang belum merasakan sensasi apa-apa, jangan khawatir, berarti Anda sudah mendapatkan kekebalan dari energi yang Anda serap. Anda sudah bisa menyerap energi dan menghimpunnya, Anda hanya perlu latihan untuk bisa merasakan sensasinya, yaitu dengan melibatkan konsentrasi dan keyakinan.



Sebenarnya semua orang mempunyai sensifitas. Tetapi memang dalam hal ini, tidak semua orang bisa mempunyai sensifitas yang tinggi. Menurut penelitian, ada 5 % manusia mempunyai sensifitas tinggi, 85 % manusia mempunyai sensifitas biasa-biasa saja, dan 10 % manusia sulit merasakan sensifitas.

Jika sensasi itu kita rasakan di bagian-bagian tangan tertentu, berarti cakra-cakra yang berhubungan dengan bagian-bagian tertentu itu bisa jadi yang sedang sangat aktif, atau bisa jadi sedang dalam proses perbaikan dan penyelarasan karena ada gangguan. Cirinya sangat mudah. Jika berasa panas berarti cakra yang bersangkutan sedang diperbaiki, jika berasa dingin atau rasa lain berarti cakra itu sedang aktif. Kita bisa mengetahui itu dengan memperhatikan sensasi-sensasi berbagai berikut:



1. Sensasi di telapak tangan dekat pergelangan, adalah Cakra Dasar.
2. Sensasi di telapak tangan tengah, adalah Cakra Mahkota.
3. Sensasi di ibu jari adalah Cakra Seks.
4. Sensasi di jari telunjuk adalah Cakra Tenggorokan.
5. Sensasi di jari tengah adalah Cakra Pusar.
6. Sensasi di jari manis adalah Cakra Ajna.
7. Senasi di jari kelingking adalah Cakra Jantung.

Tes Kondisi Kebatinan

Ada sebuah tes yang cukup mudah untuk mengetahui situasi kebatinan Anda. Apakah Anda sedang dalam suasana kebatinan yang menyenangkan atau dalam suasana kebatinan yang gelisah. Caranya, lakukan relaksasi ringan. Tarik nafas panjang dan hembuskan. Lakukan sampai tiga kali. Sesudah itu pegang kedua telapak tangan Anda. Jika terasa panas, berarti Anda sedang dalam kondisi baik. Jika terasa dingin, berarti Anda sedang ada masalah. Ini tes disebut ***Biofeedback***. Yaitu sebuat metode yang mengatakan kepada Anda tentang apa yang sedang dilakukan oleh

tubuh Anda. Anda bisa melakukan cek *Biofeedback* pada diri Anda sendiri dengan memperhatikan satu tangan Anda. Saat Anda tegang, suhu tangan akan menjadi dingin, saat Anda rileks, suhunya menjadi panas.

Waktunya Untuk Praktek

Sebaiknya Anda menggunakan pakaian yang longgar, sehingga membuat Anda lepas dan bebas. Sekarang carilah tempat yang hening, dan duduklah dengan nyaman. Posisi duduk adalah punggung tegak, kepala menunduk ke tengah-tengah dada dan tangan diletakkan di atas lutut atau paha. Tutupkan kelopak mata Anda secara ringan, jangan terlalu rapat dan jangan kencang. Bila mungkin, Anda membuka sepertiga kelopak mata sambil membelalakkan kornea melihat ke atas mengarah jidat Anda. Mulailah berlatih!

1. Lakukan **Autogenic relaxation**
2. Lakukan Meditasi pernafasan 7 siklus.
   Terapkan Meditasi Prana yang berpusat pada jantung, dengan pernafasan segitiga di dada, dan visualisasi tentunya. Mulailah menerapkan pernafasan:
   - Tarik nafas melalui Cakra Dasar ke Cakra Jantung, tahan dan hembuskan keluar arah depan dan belakang.
   - Tarik lagi dari arah depan dan belakang Cakra Jantung, tahan dan hembuskan ke atas lewat Cakra Mahkota.
   - Tarik nafas melalui Cakra Mahkota, tahan di Cakra Jantung dan hembuskan ke arah depan dan belakang.

   - Tarik lagi dari arah depan dan belakang Cakra Jantung, tahan dan hembuskan ke bawah lewat Cakra Dasar.
3. Channelling dan inisiasi energi tradisi REIKI.
   "Ya Allah Ya Qawiyyu Ya Matin. Ya Allah Yang Maha Kuasa dan Maha Perkasa. Atas kuasa-Mu, izinkan dan perkenankan saya menyerap kesadaran energi tradisi REIKI seperti yang telah diberikan kepada SAIFUDDIN AMAN "
4. Visualisasikan dan gambarkan dalam pikiran, Anda sedang melihat cahaya. Kendorkan kelopak mata Anda, nanti cakra Ajna (mata ketiga) Anda akan melihat cahaya bertaburan ada di depan dan di atas kepala Anda. Bimbing cahaya itu masuk ke dalam diri Anda melalui Cakra Mahkota, alirkan terus sampai di Cakra Jantung. Terus masukkan lagi dan lagi. Rasakan Cakra Jantung Anda semakin diliputi oleh cahaya itu sehingga mengalirkan sensasi ke seluruh tubuh Anda. Sensasi itu terus merayap ke sekujur tubuh, dan kini tangan Anda benar-benar merasakan sensasi yang luar biasa. Sensasi itu benar-benar menjadi energi yang bisa Anda rasakan. Ucapkan syukur Alhamdu lillah, dan bukalah mata Anda.
5. Lakukan tes energi dengan tangan.
   Setelah selesai dari visualisasi, Anda bisa tiduran terlentang, menyelojorkan kaki dan membentangkan tangan. Duduklah membali dan lemaskan tangan. Kipas-kipaskan telapak dan jari-jarinya. Sesudah itu Anda bisa mengetes atau mendeteksi energi yang sudah Anda serap. Rasakan sensasinya dengan penuh perasaan. Hayati dengan penuh kelembutan. Temukan

sensasi itu dan nanti Anda bisa membedakan dengan energi-energi tradisi lainnya.

Silakan Anda berlatih, mengakses atau menyerap energi-energi tradisi lainnya. Lalu rasakan perbedaan sensasinya.

Pustaka Energi Tradisi:

Energi tradisi sangat banyak jumlahnya. Untuk bahan pustaka, saya berikan catatan beberapa energi tradisi yang bisa Anda akses. Tentang substansi, sejarah dan kegunaannya, Anda dapat mencari informasinya dari berbabagi simber, atau bertanya kepada "Mbah Google." Dan inilah energi tradisi dimaksud!

Kelompok Prana:
Usui Tradisional Reiki
Tummo Reiki
Karuna Ki
Lightarian Reiki.
Shambala Multidimensional Healing.
Tera-Mai Seichem.
G. Tummo.
Drisana.
Neriya.
Seichim.
Templar Degree.
Aji Sapu Jagad Sapu Anam.
Braja Musti.
Tenaga Dalam Fisik.

Kelompok Shakti:
Kundalini.
Ilmu Haq (Perisai Diri, Inti Besi).
Al Hikmah.
Tenaga Dalam Metafisik.

Anda juga bisa channelling kepada energi makhluk-makhluk yang dimuliakan Allah, seperti para malaikat, para nabi, para wali dan orang-orang suci.



DAHSYATNYA BASHIRAH

"Jika cahaya bashirah memancar, maka tidak ada jalan yang tidak bisa ditembus"

(Ibnu Ajibah)

Pada bab terdahulu saya sudah menjelaskan sedikit tentang hebatnya bashirah untuk *Mengakses Alam Semesta Menarik Rezeki*. Saya harap Anda sudah mempraktekkannya, atau paling tidak sudah ancang-ancang mengamalkannya dan membayangkan hasilnya. Teknologi Bashirah, Anda bisa menggunakannya untuk apa saja sesuai dengan keperluan Anda. 1001 tujuan bisa Anda raih dengan memberdayakan bashirah. Anda tinggal terapkan teknologinya, sistem akan berjalan dengan sendirinya. Teknologinya tetap sama untuk semua tujuan, yang beda adalah niat, visualisasi dan zikirnya.

Nah, bab yang sekarang Anda baca ini, dia merupakan puncak dari apa yang Anda inginkan dari kajian dan pelajaran yang sudah Anda dapatkan. Ketika Anda sudah membuka bashirah, menyelaraskan dan mengasahnya, maka Anda akan mempunyai kemampuan yang luar biasa. Bashirah Anda akan aktif dan siap bekerja untuk keberhasilan Anda yang berlipat-lipat. Amalkan terknologi bashirah dan sinergi alam semesta secara istiqamah, Anda akan meraih hal-hal yang luar biasa (seperti yang akan diuraikan nanti).

Jika Anda menghadapi hal-hal yang sangat darurat, atau Anda terdesak oleh suatu masalah, amalkan secara khusus sesuai dengan kondisi yang Anda hadapi. Misalnya, saat Anda sedang terjepit sementara di depan Anda hanya ada tembok, atau Anda dimintai tolong oleh seseorang yang benar-benar dalam keadaan tak berdaya. Saat itu juga Anda langsung hidupkan mesin bashirah, relaksasi sebentar dan langsung channelling. Kemudian berkreasilah dengan gerakan tangan sambil visualisasi menggunakan energi tersebut untuk menangani masalah yang dimaksud.

Anda bisa menghidupkan mesin teknologi bashirah di malam hari beriringan dengan qiyamul lail, atau pada waktu ketika seseorang datang meminta tolong kepada Anda. Anda juga bisa melakukannya tepat di saat Anda hendak menyelesaikan sebuah masalah, baik untuk diri sendiri maupun membantu orang lain.

Sungguh bashirah adalah anugrah terindah dari Allah. Jika Anda bisa mengelola dan memberdayakannya, bashirah menjadi kekuatan Anda untuk mencapai apa saja, syurga dunia dan syurga akhirat. Secara garis besar, bashirah mempunyai kedahsyatan sebagaimana disebutkan di bawah ini!

1. PENYEMBUHAN (HEALING)

Tidak diragukan, semua tekonologi bashirah yang sudah Anda jadikan amalan secara rutin, akan membuat bashirah Anda aktif dan berdayaguna. Anda akan menjadi orang yang hidup seimbang, hidup selaras dan berkemakmuran. Dan ketahuilah bahwa keseimbangan adalah asas hidup sehat, baik secara fisik maupun kejiwaan.

Pada kenyataannya di era sekarang ini, banyak sekali penyakit yang tidak diketahui sebabnya, tahu-tahu seseorang jatuh sakit, bahkan ada yang meninggal dunia mendadak. Bisa jadi penyakit itu datang bersamaan gaya hidup. Padahal kita tahu, hidup harus selalu menyesuaikan keadaan.

Kita berada di era di mana alur energi negatif sangat tidak bisa dikendalikan. Polusi udara, tekanan pekerjaan, persaingan, pemenuhan kebutuhan hidup, kebencian,

pengaruh informasi buruk, kekesalan, kemarahan, belum lagi radiasi listrik, elektromagnetik dan alat-alat komunikasi. Semuanya berpotensi membuat diri jatuh sakit. Karena itu kita sangat memerlukan media atau cara yang bisa melindungi diri dan memyembuhkan diri tanpa mendatangkan risiko, seperti risikonya pengobatan ala kedokteran umum. Menurut ilmu kedokteran, hanya ada dua cara pengobatan, di mana masing-masing cara ada risikonya, di samping risiko biaya tinggi, yaitu:

1. Pengangkatan. Artinya, penyakit harus diangkat. Bisa dalam bentuk operasi, atau tindakan mematikan seperti kemoterapi, pemasangan alat tambahan, dan sebagainya.
2. Pemberian obat. Artinya, penyakit harus diberikan obat. Semua obat, baik kimia maupun herbal (selain yang disebutkan oleh hadis Rasulullah) mengandung risiko, pada umumnya berpengaruh ke ginjal atau justru merusak jaringan yang lain.

Penyembuhan bashirah adalah penyembuhan melalui energi kosmos atau kekuatan rohani. Kekuatannya memang sungguh sangat dahsyat tidak terbatas oleh ruang dan waktu, bisa di mana saja dan kapan saja. Namun jika seseorang sakit disebabkan tidak adanya keseimbangan keperluan fisik, maka keperluan fisik harus dipenuhi. Misalnya, orang sakit karena kurang gizi, maka gizi itu harus dipenuhi. Bersamaan dengan pemenuhan gizi, penyembuhan bashirah dijalankan. Penyembuhan bashirah adalah penyembuhan sistem, penyelarasan energi, penguatan daya tahan, pencegahan dan pengusiran bibit penyakit akibat dari kesalahan diri. Di sini teknologi bahsirah punya peran penting untuk melakukan penyembuhan multiguna dan ***multiplayer*** tanpa ada risiko.

Menyembuhkan Diri Sendiri (Self Healing)

Sesungguhnya manusia mempunyai sistem yang terpadu, yang saling mempengaruhi satu sama lain. Untuk bisa bertahan, tubuh manusia mempunyai respons *"the fight and flight"* (menyerang dan lari). Setiap kali ada sesuatu yang membahayakan diri manusia, sistem itu mendorongnya untuk menyerang atau melawan. Tetapi jika merasa tidak mampu, maka sisitem itu mendorongnya untuk berlari.

Allah telah menciptakan manusia hidup seimbang. Karena dengan keseimbangan itu manusia bisa meraih hal-hal yang baik untuk dirinya. Hidup berhasil adalah hidup yang seimbang. Hidup yang nikmat adalah hidup yang seimbang. Hidup sehat adalah hidup yang seimbang. Allah berfirman:

الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ

> Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadianmu dan menjdikanmu seimbang (QS. Al-Infithar/82: 7)

Untuk menjaga keseimbangan itu, Allah memberikan potensi gaib. Allah juga memberikan semacam perangkat untuk melindungi diri dari serangan musuh yang tidak bisa dilihat oleh mata. Virus, bekteri, racun atau udara kotor adalah hal yang nyata tetapi gaib dari mata telanjang. Rahmat Allah lebih luas daripada murkanya, sekalipun manusia terus durhaka, sehingga Allah biarkan yang tidak nampak itu masuk ke dalam tubuh. Namun Allah tetap Maha Pengasih, Dia menciptakan pusat-pusat respons

untuk melawan yang gaib itu. Pusat-pusat respons itulah yang kita sebut *imunitas,* ialah:

Thymus: disebut sel T, adalah sel pembantu yang punya tugas pertama kali menghadang para penyusup (virus, bakteri jahat, racun) yang tidak terlihat. Sel ini langsung menghancurkan para penyusup. Dia bisa dikatakan sebagai si sel pembunuh alami. Tempatnya ada di depan jantung.

Sumsum Tulang: sumsum tulang ini terus memproduksi generasi muda dari sel imun yang siap menuju medan pertempuran. Dia merespons infeksi dengan membuat antibodi - molekul-molekul kecil - yang membenturkan diri mereka sendiri pada sisi sel-sel yang terinfeksi oleh bakteri atau virus.

Limpa: dia adalah organ imun yang secara fundamental sangat penting. Dalam beberapa hal, limpa adalah pusat imunitas, tempat darah mengalir dan bisa saling memberi informasi tentang infeksi-infeksi yang harus disingkirkan. Di sinilah sel T berkumpul bersama dan saling berkomunikasi.

Sistem Getah Bening: adalah tempat semua aktivitas imun berlangsung. Dia seperti gerbong yang menarik sampah (penjahat) dari infeksi dan mengeluarkannya dari sistem tubuh. Sistem getah bening mempunyai pusat-pusat, atau wilayah di seluruh tubuh, di bawah rahang, ketiak, lipatan paha, dan banyak tempat lainnya. Jika salah satu bagian tubuh Anda terkena infeksi, maka pusat getah bening yang terdekat dengan tubuh yang terinfeksi itu yang menyisir datang ke sana.

Jika badan Anda sakit, sesungguhnya sakit itu disebabkan adanya benda asing yang masuk ke dalam diri Anda. Semestinya di dalam diri Anda itu ada sistem

imunitas yang akan melawannya. Namun karena sisitem imun Anda sedang lemah, maka Anda jatuh sakit. Perlawanan antara virus yang masuk dan imunitas tidak seimbang, dan virusnya yang menang.

Bisa juga karena di dalam sistem tubuh Anda ada sesuatu yang tidak selaras, sehingga menyebabkan ketimpangan, misalnya ada gangguan kolesterol yang menghambat aliran darah atau oksigen. Bisa juga Anda sedang mendapat tekanan batin atau stres. Atau Anda sedang kacau pikiran dan terbawa oleh situasi yang membuat Anda kehilangan semangat. Dan masih banyak lagi kemungkinan adanya hal-hal yang membuat sistem tubuh tidak ada keseimbangan. Intinya, saat Anda sedang sakit atau badan kurang fit, sebenarnya energi Anda sedang tidak berjalan sebagaimana mestinya.

Tes Keseimbangan Tubuh

Untuk sekedar mencoba melihat keseimbangan tubuh, Anda bisa mencoba cara ini. Berdirilah dengan satu kaki sambil menutup mata dan lepaskan kedua tangan Anda berada di samping. Mintalah seseorang untuk menghitung berapa lama Anda dapat berdiri tanpa menurunkan kaki sebelah Anda ke lantai. Jika Anda berumur lebih dari 45 tahun, dapat melakukan tes ini selama lebih dari 15 detik berarti keseimbangan Anda sangat bagus. Jika Anda tidak bisa melakukannya, hal ini menandakan hilangnya keseimbangan Anda. Anda perlu waspada dan latihan mengembalikan keseimbangan.

Dalam kondisi seperti itu, Anda tentu tidak bisa menghindar. Anda harus menghadapinya, mungkin Anda

jatuh sakit. Terimalah rasa sakit itu sebagai sesuatu yang biasa, atau fitrah. Sakit adalah peringatan, agar kita kembali kepada kesadaran. Jangan telalu memikirkan sakitnya, tetapi pikirkan bagaimana bisa sembuh dan kembali seimbang sebagaimana ciptaan Allah.

Untuk kita ketahui bersama, betapa Allah sangat mengasihi manusia. Bukti kasih sayang itu adalah bahwa Allah telah melengkapi tubuh kita dengan perangkat *"Early Warning System"*, semacam alat peringatan dini yang memberikan sinyal ke tubuh untuk melakukan tindakan pencegahan apabila terjadi sesuatu yang tidak beres dalam tubuh kita. Namun kita sendiri yang sering mengaibakan sinyal tersebut, dan kita tidak sensitif.

Teknik Penyembuhan Diri Sendiri

Untuk menyembuhkan diri sendiri, mengembalikan keseimbangan dan meningkatkan sensifitas daya tangkap sinyal, lakukan shalat sunnah hajat atau sunnah mutlak dua rakaat. Kalau shalat tidak memungkinkan dilakukan, Anda juga bisa langsung melakukan hal-hal berikut ini setelah shalat fardhu. Kalau tidak juga bisa melakukan setelah shalat fardhu, Anda bisa juga langsung melakukan hal-hal berikut.

1. Lakukan **Autogenic relaxation.**
2. Meditasi Penafasan.
   Lakukan meditasi seperti contoh tersebut sebanyak 7 kali suklus.
   Untuk menjaga atau memelihara kesehatan cukup Anda lakukan secara rutin minimal 3 siklus setiap hari.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi.

Banyak sekali energi tradisi yang semuanya bisa membantu penyembuhan. Pilih salah satunya untuk diakses. Lakukan inisasi dengan mengucapkan:

"Ya Qawiyyu Ya Matin. Ya Allah Yang Maha Kuasa dan Maha Perkasa. Atas kuasa-Mu, izinkan dan perkenankan saya menyerap kesadaran energi tradisi .... pada tingkat sempurna untuk kesembuhan diri."

4. Visualisasi.

   Zikirkan "Ya Allah Ya Syaafi." Visualisasikan ada cahaya putih masuk ke dalam diri Anda melalui Cakra Mahkota (ubun-ubun). Gambarkan cahaya itu semkain memenuhi diri Anda. Rasakan sensasinya, cahaya itu menjadi getaran yang merambat membersihkan penyakit Anda. Terus ulangi dan ulangi, rasakan getaran cahaya itu membersikan penyakit Anda. Kemudian gambarkan penyakit Anda keluar dari diri Anda dalam bentuk asap kehitam-hitaman. Terus visualisasikan kabut mengalir keluar dari tubuh Anda. Akhirnya, rasakan bahwa diri Anda sudah sembuh, menjadi sangat ringan dan sangat segar. Lalu ucapkan Alhamdu lillah, terseyumlah dan buka mata pelan-pelan.

Anda sudah menghimpun energi, baik energi Asmul Husna maupun energi alam semesta. Maka Anda bisa melakukan penyembuhan langsung dengan mengusapkan tangan menyalurkan energi ke area tubuh yang sakit. Sambil mengusapkan tangan dan membaca doa di bawah ini, visualisasikan Anda membuang penyakit. Seperti inilah yang dilakukan oleh Rasulullah Saw. Niatkan menyembukan sakit dengan membaca doa seperti yang diajarkan oleh Rasulullah:

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ ...

Bismillahirrahmanirrahim .. 3 kali

Auudzu bi 'izzatillaahi waqudratihi min syarri maa ajidu wa uhaadziru ... 7 kali.

Artinya:

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Saya berlindung kepada Allah dan kemuliaan-Nya dan kekuasaan-Ny dari keburukan yang saya dapatkan dan saya takutkan.

Cara-cara tersebut telah diakui oleh dunia barat. Mereka menyebutnya dengan istilah **"Psikometri"**. Yaitu memindai energi ke bagian-bagian tubuh yang sudah diketahui sedang bermasalah. Anda bisa memvisualisasikan virus atau bakteri dengan simbol apa saja, lalu Anda hapuskan simbol virus itu dari dalam diri Anda dengan memerankan simbol lain yang bisa menghancurkannya. Misalnya, virus Anda simbolkan sebagai ranjau, lalu Anda simbolkan energi yang Anda datangkan sebagai kapal penyapu ranjau. Anda juga bisa memvisualisasikan energi yang Anda serap sebagai cahaya yang membakar dan mematikan bakteri/penyakit.

Untuk memelihara kesehatan dan menjaga diri dari berbagai kemungkinan masuknya bibit penyakit, Anda bisa mengusapkan tangan ke seluruh tubuh, yang bisa dijangkau oleh tangan.

Menyembuhkan Orang Lain

Anda juga bisa membantu menyembuhkan orang lain. Kuncinya adalah keberanian Anda untuk mencoba dan keyakinan Anda untuk melakukan tindakan berdasarkan pengetahuan Anda. Anda tidak perlu takut, sebab setiap orang diberikan daya oleh Allah untuk bisa membantu orang lain. Dalam praktek penyembuhan ada dua prinsip yang harus dipegang teguh oleh kedua belah pihak, yaitu orang yang menyembuhkan dan orang yang disembuhkan, atau kalau dalam dunia medis, antara dokter dan pasien. Dua prinsip itu ialah:

- Yang mengobati harus ikhlas dan senang hati memberikan pengobatan.
- Yang diobati percaya kepada yang mengobati dan merasa senang ditangani olehnya.

Anda yang terbiasa dengan logika, yang selalu mengukur sesutau dengan hasil penelitian, boleh percaya boleh juga tidak. Tidak semua yang ilmiah bermanfaat bagi orang, ada banyak hal yang tidak bisa dilogikakan. Seorang pasien yang tidak percaya kepada dokter, dia tidak bisa sembuh padahal obat yang diberikan jelas mengandung bakteri yang akan mematikan penyakitnya (ilmiah). Saya sering berhubungan dengan pasien yang punya keyakinan terhadap seorang dokter. Suatu hari dia berobat ke rumah dokter itu. Bapak dokter tidak ada, yang ada istri dokter yang kebetulan sama berpofesi sebagi dokter. Istri dokter ini pun memberi obat yang sama untuk penyakit yang sama. Ternyata pasien tersebut tidak sembuh penyakitnya. Tiga hari kemudian datang lagi berobat dan minta Bapak Dokter yang mengobatinya, dan dia sembuh. Inilah fenomena hidup yang tidak bisa dilogikakan. Pada akhirnya saya

tanyakan kepada pasien itu, mengapa tidak mau diobati oleh Ibu Dokter? Dia menjawab: "Karena kami percaya kepada Pak Dokter, dia menangani dengan senang hati dan tidak kasar; sementara Ibu Dokter orangnya kasar, nampak tidak ikhlas dan kami memang tidak yakin."

Anda yang hendak membantu menyembuhkan orang lain, tempuhlah cara berikut:

1. Lakukan Autogenic relaxation
2. Meditasi Penafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi.
4. Visualisasi sambil zikir nama Allah "Ya Syaafii."
5. Pegang kening pasien dengan niat membuka terminal energi (cakra) dan menyelaraskannya, sekaligus menstabilkan emosinya. Jika Anda seorang laki-laki dan pasien wanita, Anda cukup melakukannya dengan gerakan tangan tanpa menyentuhnya. Sesudah itu alirkan energi kesembuhan melalui tangan ke arah anggota tubuh pasien yang sakit dengan bervisualisasi menghilangkan penyakit sambil membaca doa yang diajarkan oleh Rasulullah Saw sbb:

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ
نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ اللَّهُ يَشْفِيكَ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ

Bismillahi arqiqa min kulli syai-in yu'dzika min syarri kulli nafsin au ainin hasidin Allahu yasyfiika bismillahi arqika.

"Dengan nama Allah saya mengobati Anda dari segala sesuatu yang menyakiti Anda, dari semua energi negatif, dari pengaruh jahat dan

dari kedengkian orang yang dengki. Allah menyembuhkan Anda. Dengan nama Allah saya mengobati Anda."

Dengan teknik seperti di atas, Anda juga bisa membantu menyembuhkan orang lain dari jarak jauh. Anda tinggal menyebutkan namanya, dan memvisualisasikan seakan orang itu sedang Anda tangani di depan Anda.

2. METAFISIKA/SUPRANATURAL.

Bila bashirah Anda sudah berjalan, Anda bisa mempunyai kemampuan pengetahuan metafisik. Apa sih sebenarnya metafisika itu?

Metafisika merupakan cabang ilmu yang dulu banyak digunakan untuk memahami berbagai fenomena kehidupan dan alam semesta. Istilah metafisika dimunculkan oleh filosof Yunani Aristoteles. Arti dasar dari **metafisika** adalah "mengikuti fisika" atau "setelah fisika" (ta meta ta physica).

Ilmu metafisika disebut juga ilmu tentang sesuatu di balik tabiat. Orang Barat menyebutnya sekarang "Parapsikologi".

Sains menetapkan bahwa segala sesuatu di alam semesta ini terdiri atau tersusun dari atom, partikel, elektron dan proton yang terhampar mengambang bergerak pada jalurnya dan punya getaran.

Patut diingat, bahwa teori para ilmuwan menyatakan bahwa wujud alam semesta ini mengharuskan adanya saling mengisi dan saling mempengaruhi antara yang satu dengan yang lainnya.

Hukum alam menyatakan: vibrasi atom dan sub-subnya tergantung pada tingkat kecepatan tertentu dan pada gelombang tertentu. Semakin tinggi kecepatannya akan semakin lembut vibrasinya, semakin tidak bisa diindra dan semakin dahsyat energinya.

Pancaindra kita tidak mampu menangkap kecuali dalam batas atau tingkat tertentu. Mata tidak sanggup melihat di tempat yang gelap. Pendengaran tidak sanggup menangkap suara di tengah kebisingan deru mersin. Jantung yang berdetak di dalam diri kita saja kita tidak mendengar. Kita baru bisa mendengarnya dengan alat stetoskop dan kita baru bisa merasakan detaknya saat jantung sedang bekeja keras dalam tekanan yang tinggi. Begitu juga pancaindra yang lain, semua sangat terbatas daya tangkapnya.

Inilah bukti yang menunjukkan bahwa manusia tidak bisa menangkap kejadian-kejadian kecuali yang nampak saja. Padahal seperti sudah saya sebutkan di bab awal dan juga baru saja di atas, bahwa semua yang ada di alam ini bisa saling berhubungan dan bisa diakses. Apa yang terjadi di sebuah tempat bisa mempengaruhi di tempat lain. Apa yang tidak nampak atau yang gaib bisa disinergikan dengan diri manusia. Apa yang tidak nampak sangat mungkin bisa dilihat atau diketahui oleh manusia. Baca kembali Bab Mengakses Alam Gaib.

Ingat, karena manusia adalah makhluk gaib jatidirnya, yaitu roh, akal, dan jiwa. Roh dengan kekuatan bashirahnya bisa menembus ke mana saja. Akal dengan kekuatan bashirahnya bisa membaca apa saja yang tidak tertulis, di balik tembok, atau yang ada dalam pikiran orang lain. Dia juga bisa mengirimkan pesan kepada orang lain tanpa

media. Jiwa dengan kekuatan bashirahnya bisa merasakan hal-hal gaib yang ada di sekitarnya.

Singkat kata, bila bashirah telah aktif, seseorang bisa melakukan hal-hal yang bersifat metafisik atau supranatural. Orang bisa berkomunikasi dan melihat sesuatu yang tidak bisa dilihat oleh kebanyak orang. Pengetahuan metafisik bukanlah klenik atau perdukunan, juga bukan ramalan. Bacalah kisah-kisah nyata yang dialami oleh orang-orang shaleh dan telah dibuktikan kebenarannya, Anda semakin yakin bahwa metafisika adalah sebuah keniscayaan.

Mengetahui Dari Tempat Jauh (Kisah Umar bin Khattab)

Tanpa tahu sebelumnya, dan tanpa media, Umar tahu apa yang terjadi dan menimpa orang lain yang tempatnya sangat jauh dari dirinya. Suatu hari Umar bertemu dengan seorang badui yang baru saja turun dari gunung. Umar berkata kepada sahabatnya: "Ini orang baru saja mendapat musibah, anaknya meninggal dunia." Selepas berkata demikian, Umar bertanya kepada orang badui itu: "Dari mana Anda?"

Badui: "Dari atas gunung."

Umar: "Apa yang Anda lakukan di sana?"

Badui: "Saya menyimpan suatu benda."

Umar: "Apa yang kamu simpan?"

Badui: "Anak saya meninggal dunia dan saya kuburkan di sana."

Umar: "Coba Anda ceritakan keadaan rumah kamu!"

Badui: "Apa yang membuat Anda tahu tentang semua keadaan rumah kami?"

Umar: "Saya tidak mengarang-ngarang ucapan, kecuali apa yang saya bicarakan."

***

Hari Jum'at Umar berkhotbah di Masjid Nabawi Madiah Al-Munawwarah. Di tengah-tengah khotbah itu tiba-tiba Umar mengeraskan suara: "Hai Sariyah, gunung! Hai Sariyah, mengarahlah ke balik gunung....!" Para jamaah shalat Jum'at terbingung-bingung, mereka tahu bahwa Sariyah sedang ada di negara yang jauh memimpin pasukan.

Sariyah adalah komandan pasukan perang melawan Persia, dan jarak medan perang dengan Umar tidak mungkin bisa dilihat oleh mata, suara pun tidak mungkin bisa didengar oleh telinga.

Dan benar, Sariyah pulang dengan selamat. Kemudian para sabahat bertanya tentang apa yang sedang dialami oleh Sariyah ketika berada di medan perang berhadapan dengan pasukan musuh yang sedang menghadang di sebuah tempat. Sariyah menyatakan bahwa pada hari Jum'at tengah hari ketika dirinya dan semua pasukan hendak melintas suatu daerah, dirinya mendengar peringatan dan perintah dari Umar untuk menghindari tempat itu dan mengambil jalan melingakar ke balik gunung. Karena itulah Sariyah dan pasukannya selamat.

***

Membaca Pikiran
(Kisah Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani)

Imam Sya'rani berkat: Suatu hari Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani beruwudhu dan berangkat ke masjid. Di tengah jalan seekor burung membuang tahinya dan mengenai sarungnya, lalu Syeikh menengok ke atas. Saat itulah sang burung langsung jatuh. Sarung tesebut lalu dicuci dan dijual, uangnya diberikan kepada orang yang sangat memerlukan bantuan.

***

Nama Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani semakin hari semakin terkenal di seantero negeri. Para ulama merasa heran mengapa Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani cepat terkenal, mereka ingin tahu kehebatannya. Padahal mereka adalah ulama-ulama ahli fikih yang sangat cerdas dan menguasai kitab kuning. Maka seratus ulama sepakat masing-masing membuat pertanyaan untuk menguji keilmuan Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani. Mereka berkumpul di suatu tempat dan mengudang Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani.

Ketika mereka sudah berkumpul dan duduk di kursi, Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani datang mengetuk pintu. Begitu pintu dibuka nampak seluruh tubuhnya dibalut cahaya, dan memancar dari dadanya cahaya terang menyilaukan. Cahaya itu memancar ke dada seluruh ulama sehingga menghilangkan pertanyaan-pertanyaan yang sudah dipersiapkan dalam pikirrannya. Lalu mereka berteriak, mungkin kepanasan, sehingga baju mereka sobek dan terlihat badannya.

Pada saat itu juga Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani duduk di kursi yang sudah disiapkan dan menjawab

pertanyaan-pertanyaan yang belum mereka sampaikan. Akhirnya mereka menyadari betapa Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani memilki kelebihan yang luar biasa, dan mereka pun memuliakannya.

***

Bentuk-bentuk Pengetahuan Metafisik

Banyak sekali pengetahuan metafisik yang bisa Anda dapatkan manakala bashirah Anda sudah terbuka dan berdayaguna. Pengetahuan ini disebut ***ESP (extrasensory peception)***, yaitu memperoleh informasi tidak melalui indra biasa. Bentuk dan macamnya sangat banyak, ada yang umum dan ada yang khusus. Disebut umum, karena sudah menjadi cerita umum dan sangat mungkin dialami oleh setiap orang. Disebut khusus, karena tidak semua orang bisa memperoleh pengetahuan tentang hal-hal yang gaib, kecuali orang-orang tertentu dan melalui cara tertentu.

Metafisik Umum:

Pengetahuan metafisik yang umum adalah seperti:

1. Firasat.
   Yaitu kemampuan melihat sesuatu yang tersembunyi di balik tingkah laku atau mengetahui sebuah peristiwa di balik kejadian. Seorang ibu sangat tinggi firasatnya. Dia bisa merasakan sesuatu yang menimpa suaminya atau dialami anaknya dengan mengalami sebuah kejadian. Misalnya, menyenggol gelas lalu pecah dan sebagainya, lalu hatinya yakin akan terjadi sebuah peristiwa. Dan benar ada berita, suaminya kecopetan, atau anaknya jatuh, dan sebagainya. Sering kali seorang istri hendak

pergi untuk suatu keperluan, tiba-tiba dibatalkan karena ada perasaan bimbang setelah melihat sesuatu, dan ternyata tidak lama kemudian suaminya pulang.

2. Ilham.
   Ada beberapa pengertian ilham: pertama, ilham yaitu informasi yang datang dari Allah untuk melakukan sesuatu atau meninggalkan sesuatu; kedua, makna dan pikiran-pikiran yang dimasukkan Allah ke dalam hati; ketiga, munculnya sebuah pengetahuan yang membuat dada menjadi lapang. Sebagian ulama mengartikan bahwa ilham adalah termasuk jenis wahyu yang diberikan oleh Allah hamba-Nya yang dikehendaki, bukan nabi.

   Ilham biasa juga diterjemahkan sebagai "intuisi." Maksudnya, melalui ilham, Anda bisa menemukan hal-hal baru, Anda bisa menciptakan kreativitas, Anda bisa cerdas menangkap sesuatu dan mengolahnya menjadi sesuatu yang baru.

3. Hadas.
   Diterjemahkan "kata hati." Yaitu bisikan hati yang memberitahukan sesuatu atau sebuah kebenaran. Dalam bahasa ilmiah disebut ***Clairaudience***. Yaitu bisikan hati yang memberitahukan bahwa akan terjadi sesuatu (kebaikan atau keburukan). Misalnya, seorang ibu yang melarang anaknya untuk menikah dengan seseorang. Ibu tidak bisa menjelelaskan larangannya itu secara logika. Ibu hanya bisa mangatakan lebih baik jangan diteruskan. Dan ternyata, setelah larangan itu tidak diindahkan, tidak lama kemudian calon pasangannya itu diketahui sebagai seorang penipu. Kata hati ini bisa menyangkut hal-hal yang terjadi pada masa yang sudah

berlalu yang tidak diketahui sebelumnya, dan juga bisa menyangkut hal-hal yang akan terjadi pada masa yang akan datang.

4. Mimpi
   Allah memberikan kelebihan kepada orang-orang shaleh untuk memahami apa yang akan dialaminya lewat mimpi. Mimpi orang beriman adalah sebuah kebenaran, utamanya mimpi seorang ibu yang sangat prihatian dan sangat bertanggung jawab kepada anaknya. Rasulullah menyatakan bahwa mimpi adalah salah satu tanda kenabian. Kalau kenyataan mimpi tidak sesuai dengan yang dipikirkan, sesungguhnya yang salah adalah penafsirannya.

Dengan teknologi bashirah, Anda bisa memantapkan lagi bentuk-bentuk pengetahuan metafisik yang umum tersebut. Bahkan Anda juga bisa memprogramnya ketika Anda memerlukan jawaban atau solusi dari sebuah masalah yang Anda hadapi. Anda akan mendapatkannya melalui mimpi, melalui ilham, firasat dan hadas (kata hati.

Metafisik Khusus.

Dengan bashirah, Anda bisa mendapatkan maklumat dari Allah melalui Firasat, Ilham, Hadas dan Mimpi. Jika Anda punya keperluan penting, atau punya masalah yang perlu jalan keluar, atau bahkan tidak tahu harus melakukan apa, maka Anda bisa memprogram bashirah untuk mendapatkan jawaban melalui Firasat, Ilham, Hadas dan Mimpi.

Kalau ada metafisik umum, maka berarti ada metafisik khusus. Yang saya maksudkan metafisik khusus adalah metafisik yang hanya bisa dialami atau dilakukan oleh

orang-orang tertentu. Kemampuan metafisik adalah rahmat dari Allah yang diberikan secara khusus. Allah berfirman:

وَاللَّهُ يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ

Dan Allah menentukan siapa yang dikehendaki-Nya (untuk diberi) rahmat-Nya (kenabian); dan Allah mempunyai karunia yang besar (QS. Al-Baqarah/2: 105)

Kemampuan tersebut diperoleh melalui mujahadah dan menempuh perjalanan rohani. Jika kita berbicara tentang hal-hal yang bersifat rohaniyah, berarti kita selalu terhubung dengan sumber energi dan alam semesta. Adapun pengatahuan metafisik yang khusus, di antaranya adalah:

1. Teleportasi/Psikokinesis

Adalah kemampuan untuk memindahkan suatu obyek dari satu tempat ke tempat lain tanpa perantara alat fisik. Saya yakin Anda pernah mendengar kisah Nabi Sulaiman yang mempunyai staf khusus yang bernama Ashif bin Barkhiya. Dia bisa memindahkan istana Ratu Bilqis di hadapan Nabi Musa. Apa yang dilakukan oleh staf Nabi Sulaiam adalah teleportasi.

Termasuk dalam kegiatan teleportasi adalah menggerakkan benda-benda fisik tanpa sarana fisik. Tradisi yang kita dengar dengan nama "santet" adalah termasuk dalam kategori teleportasi. Proses memindahkan barang dari tempat yang jauh tanpa menggunakan alat fisik sangat mungkin dilakukan dengan pendekatan fisika kuantum.

Barang-barang fisik tersebut diubah menjadi atom dan energi lembut dan setelah sampai di tempat tujuan kembali menjadi bentuk semula. Kemampuan ini memerlukan keahlian khusus, dan tidak semua orang bisa. Tetapi untuk melakukan teleportasi yang ringan-ringan, Anda bisa berlatih menggunakan bashirah dan berlatih teknologinya yang khusus dengan tenaga dalam. Baca Dahsyatnya Bashirah, penjelasan tentang **Tenaga Dalam Metafisik**.

Untuk latihan ringan, keluarkan uang logam. Pilihlah satu sisi yang Anda kehendaki akan jatuh menghadap ke atas. Lakukan:

1. Autogenic relaxation
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling dan inisiasi.
4. Zikirankan Asmaul Husna "Ya Qaadiru." Pegang uang logamnya dan visualisasikan Anda memberikan beban pada sisinya yang bawah sehingga setiap kali jatuh dia selalu di ada bawah dan sisi yang Anda kehendaki selalu jatuh di atas.
5. Putar uang logam, dan saat uang logam hendak jatuh telentang Anda hentakkan tenaga dalam dari perut.

2. Telekinesis

Adalah kemampuan untuk mempengaruhi pikiran seseorang, atau beberapa orang dalam sebuah lingkungan. Anda yang berperan sebagai orang tua, berperan sebagai pemimpin, berperan sebagai penentu kebijakan, Anda sangat membutuhkan kemampuan telekinesis. Termasuk juga Anda yang bergerak dalam dunia bisnis, Anda tidak boleh tidak harus mampu mempengaruhi orang-orang

yang menjadi klien Anda. Bahkan dalam sebuah diskusi atau dalam sebuah organisasi, seorang pembicara harus bisa membuat orang lain tertarik akan ide-ide dan gagasannya.

Jika misalnya, Anda menjadi seorang bos dan anak buah tidak senang atas kebijakan Anda, lalu mereka acuh atau bahkan berdemonstrasi, Anda bisa mempengaruhi mereka dengan teknologi bashirah. Lakukan!

1. Autogenic relaxation.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling dan inisiasi.
4. Zikirkan Asmaul Husna "Ya Salam". Visualisasikan Anda sedang memberikan pengertian kepada mereka. Anda gambarkan mereka mendengarkan kata-kata Anda. Visualisasikan Anda sedang memperlalukan mereka dengan sangat baik, dan seterusnya. Kirimkan anergi positif dan singkirkan energi negatif dan emosi mereka. Sesudah itu keluarlah dengan hati yang damai dan tunjukkan bahwa Anda memperhatikan mereka.

3. Telepati

Adalah kemampuan untuk berkomunikasi antara satu pikiran dan pikiran yang lain. Atau dalam bahasa yang mudah adalah kemampuan berkomunikasi jarak jauh tanpa menggunakan peralatan komunikasi fisik.

Telepati akan sangat mudah dilakukan oleh seseorang kepada orang lain yang punya hubungan emosional, punya kedekatan rasa kasih sayang dan kedua-duanya sedang dalam posisi tidak bertolak belakang. Misalnya seorang ibu atau ayah dengan anak, seorang kekasih dengan kekasih, seorang istri dengam suami. Jika salah satunya sedang

dalam kondisi tidak mau karena ada masalah, maka akan sulit terjadi telepati.

Seorang istri yang ditinggal oleh suami karena marah-marah sehingga menjadi benci, maka istri akan kesulitan melakukan telepati. Seorang anak yang minggat karena benci kepada ibu, maka ibu akan kesulitan melakukan telepati. Namun jika kedua-duanya masih punya ikatan emosional dan punya ikatan kasih sayang, telepati akan sangat mudah. Contohnynya adalah Nabi Adam dengan Siti Hawa. Mereka berdua terpisah di tempat yang jauh dan tidak diketahui di mana adanya. Tetapi karena masing-masing punya cinta dan kasih sayang, mereka bisa melakukan telepati dan bertemu di Padang Arafah.

Pesan atau informasi yang dikirimkan harus singkat dan jelas, bukan sebuah cerita. Pintu-pintu masuk telepati adalah:

- Cakra Ajna.
- Kening.
- Tengkuk.
- Tantien (dua jari di bawah perut).

Telepati hanya bisa diterima oleh orang yang sedang dalam keadaan rileks dan tidak tegang. Telepati hanya bisa berjalan ketika pikiran berada dalam gelombang rendah (alpha rendah). Dan sangat efektif ditujukan kepada orang yang dikenal dekat dan dalam kondisi rileks. Untuk melakukan telepati, Anda perlu:

1. Relaksasi (Autogenic relaxation)
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling dan inisiasi.
4. Zikirkan Asmaul Husna "Ya Rahim." Visualisasikan orang yang ingin Anda hubungi sedang berbaring

rileks. Berikan pesan singkat dan jelas, misalnya "telepon aku".

Energi telepati sebenarnya dihimpun dalam Cakra Pusar atau ada di sekitar *Tan-tien* (dua jari di bawah pusar). Dari situ energi dialirkan ke Cakra Ajna, dan dari Cakra Ajna dikirimkan kepada orang lain. Jika orangnya dekat dengan Anda, arahkan pendangan mata ketiga Anda kepada salah satu pintu telepati tersebut. Pusatkan perhatian dan pandangan mata Anda kepada orang yang Anda maksud melalui salah satu pintu telepati tadi sambil mengirimkan pesan. Telepati tanpa pesan akan berakibat mengosongkan energi otak kiri dari penerima, dan berakibat penerima akan mengantuk.

4. Latihan ringan telepati

Anda bisa berlatih telepati mengasah ketajaman mata ketiga atau Cakra Ajna dengan memusatkan perhatian kepada sebuah titik, entah di tembok atau di tempat yang tidak jaun dari Anda. Seperti biasa, Anda harus relaksasi, channelling dan inisiasi serta visualisasai. Sambil membuka mata setengahnya atau sepertiga saja, tataplah titik tersebut. Visualisasikan seperti dari titik tersebut ada kawat yang menghubung ke jidat (Cakra Ajana) Anda. Teruslah membangun hubungan itu dengan semakin kuat. Anda akan merasakan jidat Anda seperti ditarik atau ditempel sebuah kop. Jika Anda bisa merasakan sensasi itu, berarti Anda telah berhasil.

Anda juga bisa berlatih dengan seorang teman. Mintalah kepadanya rileks, menerima apa saja yang Anda lakukan

terhadapnya, jangan ada prasangka, jangan ada praduga, jangan ada penilaian dan jangan ada penolakan. Mintalah kepadanya untuk merasakan sensasi apa saja yang akan diterimanya dan ikuti apa saja gerakan yang ditimbulkan.

Setelah itu mintalah kepadanya berdiri membelakangi Anda, berjarak 2-5 meter. Mintalah kepadanya berdiri tegak dengan kedua telapak kaki berjajar rapat, jempol kaki kiri dan jempol kaki kanan ditempelkan rapat. Kemudian lakukan seperti Anda sedang melihat sebuah titik tadi. Tetapi kali ini Anda memfokuskan di tengkuk sahabat Anda. Lakukan visuasilasi seakan dari tengkuk teman Anda ada kawat yang terhubung dengan mata ketiga Anda (Cakra Ajna). Gambarkan kawat itu semakin nyata dan semakin tegang, lalu Anda menariknya. Jika teman Anda jatuh terhuyung mundur ke belakang, berarti Anda telah berhasil melakukan telepati. Sering-seringlah latihan, lama-lama kekuatan telepati Anda semakin terasah.

5. Levitasi

Kemampuan untuk meringankan sebuah benda agar mudah diangkat atau mudah dipindahkan ke suatu tempat. Termasuk juga meringankan beban tubuh sendiri, seperti yang Anda lihat dalam film silat. Orang begitu ringannya terbang melayang ke atas pohon dan mampu merambat di dinding bagai cicak.

Untuk melatih lavitasi, cobalah Anda dan 3 teman Anda mengangkat sebuah meja secara bersama-sama. Sebelumnya Anda dan ketiga teman Anda melakukan teknologi bashirah seperti biasa, lalu angkatlah meja itu

dengan masing-masing hanya dengan menyanggakan jari telunjuk saja. Anda akan membuktikan keberhasilannya.

6. Clairvoyance

Adalah kemampuan menangkap dan menganalisis kilasan gambar yang hadir dalam pikiran dan batin sebagai isyarat adanya sesuatu yang terjadi. Kilasan gambar ini menjadi sebuah pengetahuan bahwa ada aktivitas yang ada di tempat jauh tetapi bisa diketahuinya.

Misalnya, seorang ibu yang sangat menyayangi anaknya yang kebetulan tinggal di tempat jauh, tidak jarang bisa melihat apa yang dilakukan oleh anaknya. Itu karena seorang ibu bashirahnya lebih mudah aktif dibandingkan dengan seorang ayah.

7. Clairsentience

Adalah sebuah perasaan yang memberikan isyarat akan adanya sesuatu atau terjadinya sesuatu. Dengan itu Anda menjadi suka atau tidak suka. Anda tahu-tahu tidak suka, padahal tidak ada dalil; atau sebaliknya Anda langsung suka padahal tidak juga ada petunjuk. Misalnya Anda bertemu dengan seseorang. Begitu bertemu dengan orang itu perasaan Anda sudah tidak nyaman. Kalau sudah begitu, Anda tidak mungkin bisa memaksakan untuk menyukai orang itu, walaupun secara lahiriah Anda harus menghormatinya. Dan tidak lama kemudian Anda tahu ternyata orang itu adalah tukang tipu. Sebaliknya, Anda bisa langsung merasa nyaman setelah berkenalan dengan

seseorang, padahal Anda belum tahu sebelumnya. Dan ternyata setelah Anda bersahabat dengan orang itu, Anda mendapatkan banyak keberuntungan.

8. Clairaudience

Adalah kemampuan untuk mendengar suara atau bisikan dari sebuah kekuatan di luar batas. Misalnya Anda sedang duduk-duduk di pinggir jalan. Tahu-tahu Anda mendengar seperti ada suara "minggir". Setelah Anda minggir, tidak lama kemudian ada mobil yang remnya blong dan menabrak tempat yang Anda duduki.

9. Psychometri

Adalah kemampuan untuk mendapatkan data dari benda mati atau kemampuan untuk dapat menggali informasi melalui media benda yang berkaitan dengan persoalan yang ingin diketahui. Di negara-negara yang maju sekalipun, banyak pejabat yang menggunakan kemampuan ini, utamanya dalam mengungkap kasus yang sangat pelik.

Barang-barang milik Anda bisa menjadi informasi tentang Anda. Seorang yang punya kemampuan ini, dia bisa mendapatkan informasi tentang pemiliknya. Dia juga bisa mengirimkan pesan kepadanya.

10. Precognition

Adalah kemampuan untuk mengetahui kejadian di masa yang akan datang. Kemampuan ini tidak sama

dengan meramal. Di tengah-tengah masyarakat kita sering mendengar istilah "penerawangan." Itulah yang dimaksudkannya.

Jika Anda mendapati orang menerawang nasib Anda tidak baik, maka abaikan saja, lebih-lebih jika itu datang dari orang yang tidak Anda yakini keshalehannya, orang itu tidak pernah beribadah kepada Allah. Jika Anda masih kepikiran, maka segera bersedekahlah dan beramal shaleh. Karena sedekah bisa menolak balak dan amal shaleh memperpanjang umur. Segeralah lakukan grounding.

11. Retrocognition

Adalah kemampuan untuk melihat kejadian-kejadian yang telah berlalu, atau peristiwa yang telah terjadi. Singkatnya adalah penerawangan kejadian masa lalu. Kisah Umar bin Khattab yang mengetahui kehidupan orang badui adalah termasuk pengetahuan ini. Bahkan saya pernah membuktikan sendiri. Suatu hari saya sowan (berkunjung) kepada seorang Kiyai. Begitu bertemu dengannya, beliau mengatakan: Kalau mau ke sini jangan mampir-mampir dulu ke tempat lain. Saya sadar, memang sebelum ke rumah Kiyai tersebut, saya mampir dulu ke rumah teman, padahal memang niat saya tadinya hanya sowan kepada Kiyai tersebut.

Kemampuan-kemampuan tersebut di atas bisa Anda asah dengan istiqamah mengamalkan teknologi bashirah. Kemudian jika dalam situasi yang sangat penting dan darurat, Anda bisa lakukan:

1. Autogenic relaxation.
2. Meditasi Pernafasan.

2. Channelling dan inisiasi.
3. Visualisasikan apa yang Anda inginkan, sambil menzikirkan Asmaul Husna:

يَاأَللّٰهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ
يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3. KECERDASAN SPIRITUAL

Selama ini kita sering memaknai spiritual sebagai sikap keagamaan. Orang yang rajin ke masjid, ke gereja, atau ke tempat-tempat ibadah dianggap orang yang sangat spiritual. Padahal asal spiritual tidak ada hubungan dengan agama. Spiritual dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, atinya berhubungan dengan kejiwaan atau bersifat kejiwaan (rohani, batin).

Spiritual memang bisa meningkatkan kualitas keberagamaan. Spirtual bisa dihubungkan dengan agama oleh orang yang bisa mengungkapkan sesuatu melalui agama formal, tetapi spiritual bukan agama. Beragama tidak menjamin seseorang memiliki spiritual yang tinggi. Banyak orang yang humanis – bahkan atheis – mempunyai spiritual yang tinggi, sebaliknya banyak orang yang beragama dengan tekun tetapi memiliki spriritual yang rendah.

Spiritual adalah kemampuan internal bawaan dari roh, jiwa dan akal yang sumber terdalamnya adalah inti alam semesta itu sendiri. Spiritual membuat akal bisa menemukan makna dalam memecahkan persoalan. Makna adalah sesuatu yang sangat penting dalam hidup, sehingga dengan makna itu orang tahu arti hidup, tahu tujuan hidup dan tahu hidup akan ke mana pada akhirnya. Dengan spiritual, kita bisa menemukan jalan-jalan baru dan menemukan beberapa ekspresi makna yang segar, yaitu sesuatu yang menyentuh dan membimbing kita dari dalam.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa. Ia adalah kecerdasan yang dapat membantu untuk menyembuhkan dan membangun diri kita secara utuh. Spiritual menyalakan dan membangkitkan kita untuk menjadi manusia seperti sekarang dan memberi kita potensi untuk menyala lagi, tumbuh dan berubah serta menjalani lebih lanjut evolusi potensi manusiawi kita. Spiritual membuat kita menjadi orang yang sangat kreatif, menjadi orang yang sangat luwes (fleksibel), berwawasan luas, dan tampil spontan dengan penuh kreatifitas.

Kita bisa menggunakan spiritual untuk berhadapan dengan masalah eksistensi, yakni menemukan makna terdalam saat sedang mengalami keterpurukan, menyelesaikan masalah saat terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran, dan masalah-masalah masa lalu kita akibat penyakit dan kesedihan. Kita dapat menggunakan spiritual sebagai pedoman saat kita berada di persimpangan jalan. Spiritual membawa kita ke jantung segala sesuatu, ke kesatuan di balik perbedaan, ke potensi di balik ekspresi nyata. Spiritual mampu menghubungkan kita dengan makna dan roh esensial di belakang semua agama besar. Seorang yang punya spiritual tinggi dan beragama tertentu,

tidak akan picik, eksklusif, fanatik atau berprasangka buruk.

Orang yang spiritualnya tinggi, dia banyak berbuat untuk kepentingan umat manusia. Dia mendedikasikan skilnya untuk kepentingan orang banyak. Dia berkarya sesuai dengan kemampuannya untuk kebaikan umat manusia. Dia bantu banyak umat manusia meraih keberhasilan. Dia hebat, tetapi dia merasa senang kalau bisa membuat orang lain lebih hebat daripada dirinya. Lihatlah contoh yang diperbuat oleh anak muda yang membuat jejaring komunitas KASKUS. Betapa banyaknya orang yang meraih keutungan dari fasilitas KASKUS. Jutaan manusia mendapat pekerjaan dan mendapat penghidupan di sana. Dia belum tentu ahli agama, juga bukan rohaniawan, tetapi dia melihat bahwa ada sesuatu yang lebih penting di balik dari setiap yang dilakukan. Kita akan merasa bosan dan capek kalau setiap hari hanya melakukan rutinitas. Tetapi kita akan merasa bahagia kalau kita menemukan bahwa di balik rutinitas itu adalah ibadah.

Kita bisa mencapai perkembangan diri yang lebih utuh karena kita memiliki potensi untuk itu. Dengan sipritual, kita bisa berhubungan dengan apa saja dan siapa saja, dengan alam semesta dan semua yang gaib. Kita bisa menggunakan spiritual untuk berhadapan dengan semua masalah, baik berupa kebiakan maupun kejatahan, kehidupan maupun kematian, dan yang lebih utama adalah kita bisa menciptakan keselarasan hidup.

Dari uraian di atas, menjadi jelas bagi kita bahwa spiritual mempunyai peran yang luar biasa dalam kehidupan kita. Tidak ada masalah yang tidak bisa diselesaikan oleh spiritual. Tidak ada barang yang hilang

kecuali bisa ditemukan oleh sipiritual. Tidak ada visi, misi dan tujuan yang bermakna kecuali diwujudkan oleh spiritual. Tidak ada sesuatu yang samar kecuali telah diperjelas oleh spiritual. Terlalu banyak hal-hal yang bisa dicover oleh spirutual, dan sulit rasanya untuk mencatatnya satu persatu. Beberapa potensi penting yang akan kita raih dengan kecerdasan spiritual, di antaranya seperti di bawah ini.

3.1. Menemukan makna dan hikmah di balik fakta.

Jika Anda menghadapi sebuah fakta atau sebuah kejadian, baik yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, sementara Anda ingin tahu tentang makna dan hikmah apa yang ada di balik fakta tersebut, maka lakukan relaksasi ringan, lanjutkan dengan meditasi dan pernafasan. Kemudian zikirkan Asmaul Husna "Yaa Bathin" sambil memvisualisasikan diri Anda sedang dimasuki cahaya terang dari cakra Mahkota dan terus masuk hingga memenuhi dada dan masuk ke dalam seluruh tubuh Anda. Raskan cahaya itu memberikan kedamaian, mengalirkan ketenangan dan bekerja menemukan makna dan menciptakan hikmah dari persepsinya sendiri. Nikmati sensasinya dan serahkan semuanya kepada bashirah, pada saatnya Anda akan mendapatkan informasi darinya.

Supaya bertambah mantap, Anda bisa melakukan teknologi bashirah seperti tersebut di atas. Yaitu:

1. Relaksasi.
   Lakukan relaksasi yang bisa mengantarkan diri memasuki situasi tenang.

2. Meditasi Penafasan.
   Lakukan meditasi seperti contoh tersebut di atas dengan 3 siklus.
3. Channelling Kepada Allah dan akses alam semesta.
   Pilih salah satu energi tradisi untuk diakses. Lakukan inisasi dengan mengucapkan:
   "Ya Allah Yang Maha Kuasa dan Maha Perkasa. Atas kuasa-Mu, izinkan dan perkenankan saya menyerap kesadaran energi alam semesta."
4. Zikirkan nama Allah "Ya Hakim" sambil memvisualisasikan energi alam semesta tersebut masuk ke dalam diri Anda melalui cakra Mahkota hingga terun ke hati dan bekerja menemukan hikmah dan makna. Terus visualisasikan sampai Anda merasa bahwa seluruh pusat cakra Anda telah mendapatkan pasokon energi dan bekerja dengan sempurna. Akhiri dengan mengucapkan Alhamdulillah.
   Akan lebih sempurna kalau Anda zikirkan:

يَااَللّٰهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ
يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3.2. Menjadi orang yang sangat bijaksana.

Menjadi orang pintar sangat mudah, tetapi menjadi orang yang bijaksana sangat sulit. Menjadi seorang pemimimpin

tidak terlalu sulit, tetapi menjadi pemimpin yang bijaksana sungguh sangat sulit. Semua orang bisa menjalankan ritual atau ibadah yang diperintah agama, tetapi tidak semua orang yang menjalankan ritual dan ibadah agama bisa berlaku bijaksana. Buktinya banyak orang-orang yang sudah dikategorikan sebagai ahli agama tetapi kata-kata dan tindakannya tidak cukup membuat kebanyakan orang bersimpati kepadanya. Ada orang yang merasa ilmu agamanya sudah tinggi, sehingga tidak mau menerima pendapat orang lain yang berbeda dengan pendapatnya. Karena itulah, menjadi orang yang sangat bijaksana sangat penting.

Para nabi, rasul dan wali-wali Allah, mereka adalah orang-orang yang bijaksana. Orang yang bijaksana itu:

- Bisa memberdayakan emosi, mengarahkan, menahan nafsu dan amarah.
- Bisa menempatkan sesuatu secara pas dan tepat.
- Bisa diterima oleh semua lapisan masyarakat.
- Dicintai Allah dan disayang umat manusia.

Anda bisa menjadi orang yang sangat bijaksana bila berlatih terus menjalankan teknologi bashirah. Boleh jadi Anda bukan seorang agawamawan atau rohaniwan, boleh jadi Anda bukan orang yang menguasai ilmu fikih, boleh jadi Anda bukan orang yang berpendidikan tinggi, karena bijaksana terkait dengan spiritual. Untuk meningkatkan kemampuan diri menjadi orang yang bijaksana, lakukan:

1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channeling kepada Allah dan akses energi alam semesta
4. Visualisasikan diri Anda sebagai seorang yang sangat bijaksana dan zikirkan Asmaul Husna "Ya Hakiim."

3.3. Makrifat kepada Allah.

Makrifat dalam arti umum adalah ilmu pengetahuan yang diperoleh melalui akal. dalam ilmu tasawwuf, makrifat berarti mengetahui Tuhan dari dekat. Dalam dunia barat disebut gnosis, yaitu pengetahuan dengan hati sanubari. Menurut Imam Al-Ghazali, makrifat adalah mengetahui rahasia-rahasia Allah. Pengetahuan ini tidak didapat dengan pancaindra, tetapi melalui bashirah. Pengetahuan ini lebih betul dariapa pengetahuan yang diperoleh melalui pancaindra.

Makrifat, tidak harus menguasai agama. Makrifat bisa didapat melalui spiritual. Spiritual bukan agama, tetapi orang yang punya spiritual tinggi lebih cepat bisa masuk ke wilayah agama. Seperti telah saya sebutkan bahwa spiriutal berkaitan dengan kejiwaan atau batin seseorang. Orang yang spiritualnya tinggi, dialah orang yang jiwanya telah mencapai jiwa muthmainnah (tenang). Jiwa yang mutmainnah adalah jiwa yang kembali kepada alam semesta. Kembali kepada alam semesta dalam Islam artinya kembali kepada Tuhan.

Sebuah penelitian yang dilakaukan oleh **Ramachandran** bersama timnya di Universitas Calivornia menyebutkan bahwa di otak manusia ada sebuah titik yang disebut "Titik Tuhan" atau ***God Spot***. Pusat sipiritual itu ada di antara hubungan-hubungan saraf dalam cuping-cuping temporal otak. Melalui pengamatan terhadap otak dengan topografi emisi positron, area-area saraf tersebut akan bersinar manakala subyek penelitian diarahkan untuk mendiskusikan topik spiritual atau agama. Ini artinya spiritual itu akan semakin bercahaya kalau disinergikan dengan agama.

Titik Tuhan tidak menunjukkan bahwa setiap orang meyakini agama. Titik Tuhan tidak menununjukkan adanya Tuhan, tetapi menunjukkan bahwa pikiran akan terus berkembang dan menanyakan masalah-masalah pokok tentang ***makna dan nilai*** yang lebih luas. Dengan adanya Titik Tuhan, seseorang mulai bertanya: Siapa sebenarnya manusia itu? Apa sebenarnya hidup ini? Untuk apa kita hidup? Apakah hidup ini hanya sekedar makan, minum, dan bersenang-senang menurutkan nafsu? Adakah makna yang lebih dalam lagi daripada sekedar bekerja dan mencari uang? Adakah sesuatu yang sangat berharga di balik rutinitas ini? Adakah nilai yang lebih tinggi di balik dari semua yang kita lakukan? Atau hanya sekedar aksi semata yang tidak berbekas sama sekali?

Pertanyaan-pertanyaan tersebut sampai hari ini tidak bisa dijawab dengan bahasa ilmiah. Hanya bahasa dan teks agama yang bisa memberikan jawaban semua pertanyaan tersebut. Karena itu, jika kita ingin memilki spiritual yang tinggi, bantulah dengan memahami hakikat ajaran-ajaran agama dan mengamalkannya. Dengan memahami agama, Anda akan tahu bahwa ada kekuatan terbesar yang menggerakkan hidup ini. Kekuatan terbesar itu ialah Allah Swt.

Agama memberitahukan bahwa manusia dicipta dari dua unsur, yaitu unsur fisik dan unsur gaib. Unsur fisik, misalnya dapat kita ketahui dari firman Allah bahwa manusia dicipta dari tanah. Unsur gaib, misalnya kita dapat mengetahui dari firman Allah bahwa setelah manusia terbentuk, Allah meniupkan roh-Nya. Sekarang setelah dua unsur tersebut bersinergi, cobalah perhatikan! Apa yang ada dalam diri manusia? Apa yang bisa dilakukan oleh manusia?

Ternyata manusia mempunyai energi yang sangat dahsyat. Manusia mempunyai kemampuan untuk melakukan apa saja. Titik Tuhan tersebut memberitahu kepada manusia, bahwa di balik dari yang wujud ini ada yang Maha Kuasa, yaitu Allah Saw. Allah membuat tubuh kita sedemikian sempurna, Allah yang membentuk tubuh yang indah ini memiliki sistem saraf yang sedemikian canggih. Setiap anggota tubuh kita bekerja sesuai dengan sistem canggih sebagai representasi dari Asmaul Husna. Maksudnya adalah bahwa Allah-lah yang menggerakkan sistem tubuh kita sesuai dengan nama-nama-Nya.

Manakala kita menyadari kekuasaan Allah dan memahami keberadaan kita, maka dipastikan kita mengenal Allah. Tubuh kita adalah miniatur kekuasaan Allah, sehingga seorang guru besar Tasawwuf mengatakan: "Siapa yang mengenal dirinya, dia akan mengenal Tuhannya." Semakin Anda banyak mengenal diri dan energi mikrokosmos, Anda akan semakin banyak mengenal Allah. Semakin kenal Allah akan semakin dekat kepada-Nya. Semakin dekat dengan-Nya, kita akan semakin cinta kepada-Nya. Cinta yang mendalam, membuat Anda ingin terus selalu bersama-Nya. Anda menjadi orang yang rajin beribadah. Tidak hanya rajin, tetapi Anda bisa merasakan sangat khusyuk, mampu hadir di hadapan-Nya dengan segala jiwa dan raga.

Pada tingkat ini, Anda telah sampai kepada Ma'rifat kepada Allah. Maka Allah akan membimbing Anda. Jadilah tangan Anda adalah tangan Allah, kaki Anda adalah kaki Allah, mata Anda adalah mata Allah, telinga Anda adalah telinga Allah, dan energi Anda adalah energi Allah. Anda bisa melakukan apa saja, dan yang Anda lakukan pasti menghasilkan keberuntungan yang berguna bagi Anda

maupun orang lain, karena sentuhan Anda adalah sentuhan tangan Allah.

Agar semakin tinggi makrifat Anda kepada Allah, istiqamahkan teknologi bashirah seperti biasa dan zikirnya:

يَااَللهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ

يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3.4. Berpandangan holistik dan melihat keterkaitan antara berbagai masalah.

Orang yang spiritualnya tinggi, dia tidak melihat sepotong-sepotong. Dia akan melihat sebuah masalah sebagai sebuah kesatuan dengan masa lalu, masa kini dan masa datang. Dia melihat sebuah kejadian tidak bediri sendiri, pasti ada rangkaiannya. Sebuah peristiwa bisa jadi merupakan rangkaian dari beberapa peristiwa atau tindakan masa lalu, bisa jadi masih ada lagi dengan kejadian yang akan datang.

Dengan teknologi bashirah, Anda bisa melihat sebuah kejadian secara utuh. Anda bisa mendapatkan informasi melalui imajinasi layaknya seperti sedang menonton sebuah film yang sedang diputar. Sehingga Anda bisa menjelaskan ceritanya, walaupun tidak sedetail gambar yang tampak. Anda bisa mengetahui kalau perbuatan ini akan berakhir seperti ini dan sebagainya. Kemudian Anda bisa:

- Mengevaluasi diri dan melakukan perbaikan.
- Memberi saran kepada orang yang mengalami sebuah peristiwa.
- Melakukan pencegahan, atau pembebasan dari akibat buruk.

Untuk mengetahui sebuah peristiwa, lakukan:

1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi.
4. Visualisasikan kejadian tersebut dengan menzikirkan Asmaul Husna "Yaa Zhaahir" (Yang Maha Nyata).

Akan lebih sempurna kalau Anda menzikirkan:

يَااَللهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ

يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3.5. Menangkap sinyal-sinyal kejadian dan membaca keadaan.

Allah Maha Penyayang kepada hamba-Nya. Allah tidak pernah berbuat zalim, kecuali hamba itu sendiri yang menzalimi dirinya. Tidak ada sebuah kejadian yang menimpa seorang hamba, kecuali Allah telah mengizinkannya. Tidak ada sebuah bencana atau musibah yang menimpa seseorang, kecuali Allah telah memberikan

peringatan sebelumnya. Dan izin Allah itu diberikan setelah melalui berbagai proses. Sayang manusia tidak cukup sensitif menangkap sinyal-sinyal peringatan Allah.

Misalkan Anda kini sedang menderita suatu penyakit tertentu. Bukankah sebelumnya Anda merasaka panas atau pusing kepala? Panas atau pusing kepala adalah sinyal dari Allah. Tetapi karena pusing atau panas itu Anda anggap sebagai hal biasa, Anda abaikan dan Anda tidak mau memeriksakan diri atau general chekup, maka atas kelalaian Anda, Allah izinkan suatu penyakit hinggap di tubuh Anda. Sudah dipastikan, sebelum terjadi sesuatu yang buruk, Allah telah mengirimkan sinyal-sinyal-Nya.

Anda yang mempunyai spiritual tinggi, Anda punya sensifitas atau kemampuan menangkap sinyal sebelum terjadinya sebuah peristiwa, baik yang akan menimpa diri pribadi maupun orang lain. Anda punya kemampuan untuk memprediksi sebuah kejadian dengan memperhatikan sinyal-sinyal yang Anda tangkap. Anda bisa tahu lebih dahulu sebelum orang lain tahu.

Anda bisa berlatih untuk memprediksi apa saja sesuai dengan kata hati Anda. Jika Anda melihat sesuatu, cobalah Anda prediksi apa yang akan terjadi dan catatlah untuk diri Anda sendiri. Ulangi dan terus ulangi. Lalu lihat berapa kali Anda benar dalam memprediksi. Jika lebih banyak benarnya, Anda sudah merasakan hasilnya.

Untuk menangkap sinyal, lakukan:
1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi.
4. Visualisasikan sesutu tersebut dengan menzikirkan Asmaul Husna *Yaa Samii'* (Yang Maha Mendengar).

Akan lebih sempurna kalau Anda menzikirkan:

يَااَللهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ
يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3.6. Berhubungan dengan hal-hal yang tidak nampak.

Menurut para ahli, spiritual juga berarti kemampuan melihat hal-hal yang tidak nampak dan kemampuan untuk berhubungan dengan roh orang-orang yang sudah meninggal dunia. Dalam pengertian seperti ini kita mendapati kisah para wali-wali Allah, mereka juga sering mengalami pertemuan dengan roh orang-orang suci. Mereka bisa bertemu dengan roh Rasulullah Saw dan roh orang-orang yang mereka kehendaki. Syeikh Sidi Ahmad Rifai misalnya, seorang ahli thereqat, beliau disaksikan oleh jamaah haji mencium tangan baginda Rasulullah Saw.

Syeikh Ali Abul Hasan Asy-Syadzali juga berkata: "Malam kemarin sungguh malam yang agung; malam kemarin adalah malam lailatul qadar; saya melihat Rasulullah Saw berkata, Hai Ali, bersihkan bajumu dari kotoran, kamu akan mendapatkan karunia Allah dalam setiap jiwa. Saya bertanya: Bajuku yang mana? Rasulullah menjawab: Ketahuilah bahwa Allah telah membukakanmu lima pintu, yaitu terbukanya mahabbah, mawaddah,

ma'rifah, iman dan Islam. Siapa yang cinta kepada Allah, maka segalanya akan dientengkan; siapa yang mengerti Allah, maka segalanya akan diringankan; siapa yang menjadikan Allah sebagai penguasa, maka dia tidak akan menyekutukan-Nya dengan sesuatu; siapa yang beriman kepada Allah, maka dia akan beriman kepada semua hal; dan siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah, maka dia akan selalu minta ampun. Setelah Rasulullah memberikan pesan itu, saya langsung faham bahwa itulah yang dimaksudkan firman Allah Surah Al-Muddassir *Watsiyabaka fathahhir*, maka bajumu itu bersihkan."

Kisah tersebut menginformasikan bahwa berjumpa dengan roh orang yang sudah meninggal sangat dimungkinkan atas kehendak dan izin Allah. Kalau roh adalah masalah gaib, maka makhluk Allah yang gaib pun sangat dimungkinkan, semisal malaikat, jin atau setan.

Dengan menerapkan teknologi bashirah, Anda akan memiliki spiritual yang tinggi. Dan spiritual yang tinggi membuka diri Anda untuk bisa melihat hal-hal yang tidak nampak, dan Anda bisa berkomunikasi dengan roh-roh yang Anda kehendaki. Bahkan roh Anda juga bisa melakukan perjalanan yang jauh menemui roh-roh yang Anda inginkan. Anda bisa berlatih dengan melakukan:

1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi
4. Visualisasikan apa yang ingin Anda ketahui dengan menzikirkan Asmaul Husna "Yaa Kaasyif" (Yang Maha Menyingkap Tabir).

Akan lebih sempurna kalau Anda menzikirkan:

يَااَللهُ يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ
يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

3.7. Membaca aura orang lain.

Aura, yaitu biasan cahaya yang keluar dari tubuh manusia. Aura lebih dikenal dengan biolistrik yang merupakan suatu lapisan yang ada di sekitar tubuh manusia yang digunakan untuk melambangkan kondisi energi, kesehatan serta karakter seseorang.

Aura seseorang sifatnya tidak permanen, sama dengan kondisi yang dihadapi seseorang juga tidak permanen. Bisa jadi hari ini seseorang sedang sangat senang, dan besok gelisah. Atau hari ini kacau pikirannya karena sedang bermasalah dengan seseorang, dan beberapa hari kemudian kembali stabil. Namun untuk beberapa hal, aura ada yang tetap, yaitu yang berhubungan dengan karakter atau kepribadian.

Spiritual yang tinggi bisa melihat aura seseorang, sehingga dia tahu situasi kejiwaan orang itu, tahu kondisi fisik yang sedang dialami orang itu, dan bahkan tahu karakter atau kepribadian orang itu. Pancaran aura berupa bermacam-macam warna cahaya. Cahaya-cahaya yang berwarna-warni itulah yang diterjemahkan sebagai apa yang sedang dialami oleh orang yang bersangkutan.

Sekarang ini sudah ada kamera yang bisa mengambil gambar seseorang lengkap dengan tubuh astralnya (cahaya luar tubuh). Anda bisa foto aura dengan biaya yang relatif murah. Namun tidak ada salahnya jika Anda sendiri bisa melihat aura dengan mata sendiri. Anda bisa berlatih:

1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi
4. Visualisasikan apa yang ingin Anda ketahui dengan menzikirkan Asmaul Husna **"Yaa Nuur"** (Maha Cahaya). Setelah itu buka mata Anda dan fokuskan kepada wajah orang yang ingin Anda ketahui auranya. Anda akan melihat cahaya mengitari wajah orang itu.

Akan lebih sempurna kalau Anda menzikirkan:

يَاالله يَانُوْرُ يَاهَادِيْ يَابَاطِنُ يَاظَاهِرُ

يَامُبِيْنُ يَاكَاشِفُ يَاعَلِيْمُ يَاحَكِيْمُ

Yaa Allah, yaa Nuur, yaa Haadii, yaa Baathin, Yaa Zhaahir, yaa Mubiin, yaa Kaasyif, Yaa 'Aliim, Yaa Hakiim.

Untuk bisa menjelaskan cahaya yang Anda lihat, Anda harus belajar mengetahui arti warna-warna aura.

Merah: Kemarahan, kebencian, agresif, kekuatan, dorongan hati.

Merah Muda: Cinta, kasih sayang, kemurnian, kenyamanan, kedewasaan, kesederhanaan, kebenaran.

Emas: Kesetiaan, keselarasan, antusiasme, inspirasi, spiritual.

Oranye: Kreativitas, bergejolak, harga diri, kesenangan, keberanian, kesombongan, suka kumpul.

Kuning: Optimisme, kebijaksanaan, intelek, antusiasme, indra keenam, kritik, dogmatis.

Hijau: Sensitif, kasing sayang, dapat dipercaya, dapat diandalkan, kekuatan, keramahan, penyembuh.

Biru: Ketenangan, kesendirian, kesetiaan, kejujuran, kegelisahan, ketakutan, suka mendominasi.

Lembayung: Intuisi, praktis, rendah hati, kekuatan, suka menguasai, bebas, spiritualis.

Putih: Kenenaran, kesucian, kewaspadaan, kreativitas.

Abu-abu: Feminisme, penerangan, ketidakseim-bangan, suka rahasia, suka menyendiri.

Coklat: Pertumbuhan, sakit, kesehatan, isndusti.

Hitam: Perlindungan, suka rahasia, pengertian, ketidakseimbangan, penyalahgunaan.

3.8. Mempengaruhi orang dan menarik minat orang lain.

Manusia adalah roh, jiwa dan akal. Lingkup fungsinya sangat dekat dengan spiritual. Jika spiritual Anda kuat, Anda bisa mempengaruhi orang lain, sehingga orang lain itu patuh melakukan apa yang Anda diinginkan. Jika spiritual Anda kuat, Anda bisa menarik orang lain untuk menerima saran dan keinginan Anda.

Jika Anda seorang pimpinan, Anda bisa memasukkan pikiran Anda kepada karyawan dan membuat mereka menerima kehadiran Anda. Anda bisa meredam karyawan yang sedang berdemo menentang Anda dengan mengirimkan pengaruh kepada mereka. Jika Anda seorang publik spiker atau pembicara, Anda bisa dengan mudah memasukkan pengaruh positif kepada mereka. Jika Anda seorang pedagang atau pengusaha yang berhubungan langsung dengan konsumen, Anda bisa menarik mereka dan membuat mereka menerima apa yang Anda tawarkan. Lakukan:

1. Relaksasi.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling kepada Allah dan akses energi tradisi
4. Visualisasikan apa yang ingin Anda sampaikan dengan menzikirkan Asmaul Husna **"Yaa Qahhar"** (Yang Maha Mengerahkan). Gambarkan mereka sangat senang menerima kehadiran Anda, visualisasikan mereka datang membeli produk Anda.

4. TENAGA DALAM

Teknologi bashirah bisa menghimpun tenaga dalam (TD). Tenaga dalam ini tidak semata-mata berdaya untuk kekuatan metafisik, kekuatan gaib atau kekuatan supranatural. Tapi Tenaga Dalam pada kesadaran energi tingkat tinggi mempunyai makna lebih universal dan integral menyangkut seluruh komponen kehidupan Anda. Tenaga Dalam akan membawa Anda menjadi Khalifah Allah di muka bumi, sebagai pemimpin seluruh makhluk. Tenaga Dalam bagi Anda akan membangkitkan diri untuk

bisa memberikan rahmat bagi alam semesta. Tenaga Dalam akan mengalirkan berbagai kebaikan bagi Anda dan lingkungan di sekitar Anda. Inilah yang disebut Tenaga Dalam Kehidupan.

Tenaga Dalam menurut dunia esoterik adalah energi bioelectromagnet yang terpendam di tubuh manusia. ***Bio*** artinya hidup, ***electromagnet*** berarti gelombang listrik atau elektron yang punya sifat menarik dan menolak. Tenaga ini ada dalam diri setiap manusia. Tinggal manusianya, apakah dia mau mengolahnya atau tidak. Di zaman dulu, para pendekar tentu tak tahu dengan istilah bioelectromagnet. Yang mereka tahu, ini kekuatan super dan menghasilkan kesaktian.

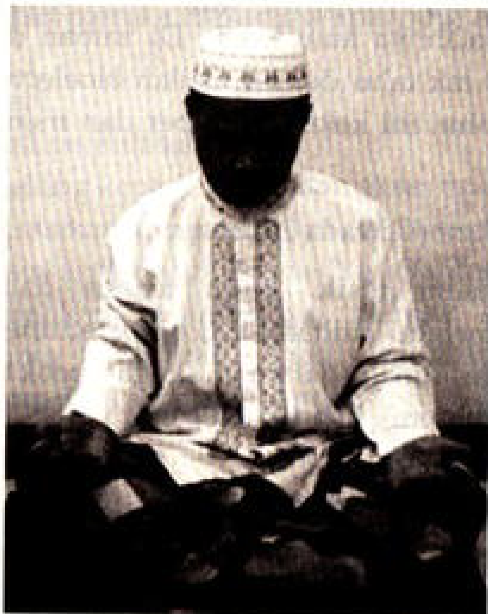
Ilmu tenaga dalam (TD) ada 2 macam:

1. **Tenaga Dalam Fisik.** Yaitu tenaga dalam yang dihimpun melalui latihan fisik, tanpa attunement dan tanpa inisiasi. Tenaga dalam ini sangat cocok untuk real combat (berantem). Bentuknya ada 2, yaitu:
   a. **Offensive** (serangan).
   b. **Defensive** (pertahanan).
2. **Tenaga Dalam Metafisik.** Yaitu tenaga dalam yang dihimpun dengan inisiasi dan pembukaan jalur eterik. Tenaga dalam ini tidak efektif untuk real combat. Bentuk penghimpunan tenaga dalam ini bisa melalui pernafasan (seperti Satria Nusantara, Kalimasada) dan bisa melalui zikir dan doa (seperti Al-Hikmah).

Praktek Pernafasan Tenaga Dalam Fisik (Offensive)

Untuk menghimpuan tenaga dalam fisik yang langsung bisa dirasakan dan dipraktekkan oleh tubuh, misalnya untuk kekuatan otot, kekuatan tubuh, dan kecepatan serangan, Anda harus melakukan:

1. Pembersihan Awal (3 kali).



Duduk tegak bersila, telapak tangan terbuka di pangkuan menghadap ke atas.
Pernafasan segitiga, pernafasan dada. Tarik dari hidung dan buang dari mulut.
Tarik nafas perlahan-lahan melalui hidung, bertahap selama 7 detik. Tahan nafas di dada selama 12 detik. Buang dari mulut terbuka lebar, sampai udara di perut habis (kempis). Ulangi sampai 3 kali.

2. Penghimpunan (49 kali).
Duduk bersila tegak, posisi tangan Namaskara Mudra, yaitu kedua telapak tangan rapat berdiri di dada. Pernafasan segitiga, pernafasan dada. Tarik nafas dari hidung, buang lewat mulut dengan suara mendesis.



Tarik nafas perlahan-lahan melalui hidung bertahap selama 7 detik. Tahan nafas di dada selama 12 detik. Posisi gigi terkatup dan ujung lidah ditekan ke atas. Buang nafas dengan kecepatan tinggi melalui mulut dengan gigi tetap terkatup mendesis sampai dengan udara di perut habis (kempis). Ulangi sampai 49 kali.

3. Pengendapan (7 kali).
Duduk bersila, posis tangan lotus, yaitu mempertemukan jari tengah dengan ibu jari. Pernafasan segitiga, pernafasan dada. Tarik nafas dari hidung dan buang dari hidung.
Tarik nafas secara perlahan-lahan melalui hidung, bertahap selama 7 detik. Tahan nafas di dada selama 12

detik. Buang nafas secara perlahan-lahan dari hidung selama 7 detik. Ulangi sampai 7 kali.



4. Pembersihan akhir (3 kali).
   Caranya sama dengan pembersihan awal.

Praktek Pernafasan Tenaga Dalam Fisik (Defensive)

Tenaga dalam defensive yaitu dengan menahan nafas dan mengarahkan konsentrasi dan kontrol otot pada daerah-daerah tertentu. Jika pengarahan pada titik tertentu, maka disebut dengan **One Lock**. Jika pengarahan dilakukan secara serempak ke seluruh otot, maka disebut dengan **Full Lock.** Konsentrasi pada titik-titik tersbut membuatnya sangat kuat dan tahan dari serangan.

Titik-titik tertentu yang merupakan pusat tenaga dalam defensive itu ialah: Perut - Dada - Ulu Hati - Punggung - Lengan - Tangan - Kaki - Kepala.

Praktek Tenaga Dalam Metafisik

Tenaga dalam metafisik merupakan keilmuan metafisik, juga sebagai seni untuk mengendalikan energi halus melalui kekuatan pikiran. Tenaga dalam diperoleh dengan teknik pernafasan. Dan pernafasan adalah salah satu cara untuk membantu praktisi ke titik fokus tertentu. Mengenai dasar-dasar pernafasan, Anda bisa membaca ulang di bab yang tedahulu, dan inysa Allah akan dijelaskan kembali. Di samping pernafasan, tenaga dalam juga dibantu dengan jurus-jurus tertentu yang merupakan simbol untuk memandu pengarahan kekuatan pikiran (mind control).

Tenaga Dalam diserap dengan:
1. Pembukaan Jalur Eterik Tenaga Dalam (Inisiasi).
2. Teknik Pernafasan untuk pengisian tenaga dalam.
3. Teknik jurus (bentuk, filososfi, harkat, aplikasi, penghayatan di tingkat pikiran).
4. Teknik pengampalan (simulasi energi).

Pernafasan Tenaga Dalam Metafisik

Pernafasan tenaga dalam metafisik merupakan teknik pernafasan untuk pengisian "chi". Chi inilah yang nantinya sangat berdayaguna dan sangat besar faedahnya, untuk apa saja. Dengan chi itu, seseorang mampu memberikan energi panas (membakar) dan bisa juga memberikan energi dingin. Sebenarnya banyak sekali teknik pernafasan tenaga dalam metafisik, namun untuk lebih praktisnya saya hanya ingin menyampaikan beberapa teknik, di antaranya adalah:

- Nafas Duduk
- Nafas Jurus.

Nafas Duduk

Yaitu melakukan pernafasan dengan duduk bersila seperti **Praktek Pernafasan Tenaga Dalam Fisik (Offensive)**, yaitu:

1. Lakukan inisiasi. Yaitu dengan berdoa dan niat: "Ya Allah Ya Qawiyyu. Ya Allah Yang Maha Kuasa. Atas kuasa-Mu, perkenankan saya menyerap kesadaran energi tenaga dalam seperti yang dimiliki oleh SAIFUDDIN AMAN." (Anda bisa sebutkan yang lain, yang sudah Anda ketahui).

2. Pembersihan Awal (3 kali).
   Duduk tegak bersila, telapak tangan di pangkuan menghadap ke atas.
   Pernafasan segi empat, pernafasan perut. Tarik dari hidung dan buang dari mulut.
   Tarik nafas perlahan-lahan melalui hidung, bertahap selama 7 detik. Tahan nafas di perut dan tekan keluar selama 12 detik. Buang dari mulut terbuka lebar, sampai udara di perut habis (kempis). Ulangi sampai 3 kali.

3. Pengisian dan pengendapan tenaga dalam metafisika.
   Duduk bersila tegak, posisi tangan Namaskara Mudra, yaitu kedua telapak tangan rapat berdiri di dada. Pernafasan segi empat, pernafasan perut. Tarik nafas dari hidung, dan buang lewat mulut dengan suara mendesis.

   Tarik nafas perlahan-lahan melalui hidung bertahap selama 7 detik. Tahan nafas di perut selama 60 detik. Posisi gigi terkatup dan ujung lidah ditekan ke atas. Buang nafas dengan perlahan-lahan dari mulut

   mendesis sampai dengan udara di perut habis (kempis). Ulangi sampai 49 kali.

   - Untuk bisa menahan nafas sampai 60 detik, kita bisa melatihnya secara bertahap.
   - Tahap pertama, Anda tahan nafas sampai hitungan 20 (20 detik). Ulangi sampai 3 kali.
   - Tahap kedua, Anda tahan nafas sampai hitungan 30 (30 detik). Ulangi sampai 3 kali.
   - Tahap ketiga, Anda tahan nafas sampai hitungan 40 (40 detik). Ulangi sampai 3 kali.
   - Tahak keempat, Anda tahan nafas sampai hitungan 50 (50 detik). Ulangi sampai 3 kali.
   - Tahap kelima, Anda tahan nafas sampai hitungan 60 (60 detik). Ulangi sampai 3 kali.

4. Pembersihan akhir (3 kali).
   Caranya sama dengan pembersihan awal.

Nafas Jurus

Yaitu melakukan pernafasan dengan berdiri sambil melakukan gerakan jurus-jurus khusus. Masing-masing jurus ada makna dan filososfinya. Banyak sekali jurus-jurus yang diterapkan untuk tenaga dalam metafisika. Di antaranya:

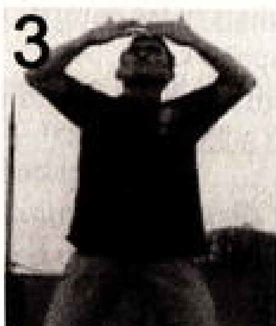
- Nafas Jurus Pembersihan.
- Nafas Jurus Pengisian.

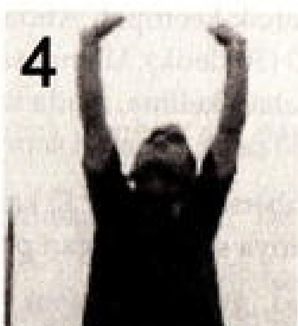
Nafas Jurus Pembersihan

1. Jurus pembersihan 1.









Yaitu menemptakan kedua telapak tangan berada di depan paha/bawah cakra seks, posisi telapak tangan menghadap ke arah tubuh, kaki kuda-kuda dan kepala menunduk. Tarik kedua telapak tangan tersebut naik ke atas secara pelan-pelan. Ketika telapak tangan sampai di dagu dan terus bergerak naik, dagu mengikut bergrak naik sehingga kepala mendangak. Saat telapak tangan sampai di ujung kepala, balikkanlah menghadap ke atas seperti menyangga dan melepaskan udara bebas. Jurus ini menggunakan nafas biasa. Ulangi jurus ini sampai 7 kali.

2. Jurus Pembersihan 2.

   Jurus Pembersihan 2 ini gerakannya sama dengan Jurus Pembersihan 1. Namun dalam jurus ini, kita menggunakan pernafasan segi empat. Saat Anda mulai menggerakkan telapak tangan naik ke atas, saat itu pula Anda menarik nafas perlahan-lahan. Ketika telapak tangan sampai di dada, Anda tahan nafas sampai tangan terus bergerak hingga menghadap ke langit, baru Anda hembuskan nafas. Ulangi jurus ini sampai 7 kali.

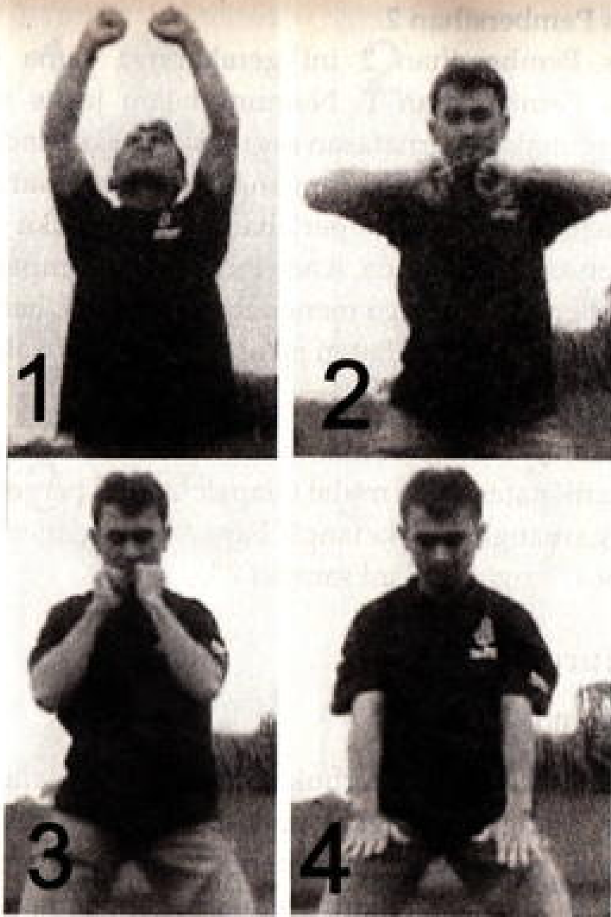
3. Jurus Pembersihan 3.

   Gerakannya tetap sama. Namun kali ini Anda harus menarik nafas sejak mulai telapak tangan bergerak naik hingga menghadap ke langit, baru Anda mengembuskan nafas. Ulangi jurus ini sampai 7 kali.

Nafas Jurus Pengisian

1. Pengisian 1.

   Posisi kaki berdiri terbuka kuda-kuda. Nafas masih biasa. Tangan diangkat naik ke udara lurus seperti sedang menggenggam energi. Kepala memandang ke atas dan mengikuti gerakan genggaman tangan menurun. Sebelum bergerak turun, balikkan genggaman tangan sehingga posisi ibu jari ada di bawah, dan mulai bergerak turun, seakan Anda sedang membimbing energi masuk melalui Cakra Mahkota dan terus turun ke Cakra Jantung. Sampai di Cakra Jantung, balikkan kembali genggaman sehingga posisi ibu jari ada di atas. Lakukan gerakan seperti Anda menempatkan energi di jantung dan melakukan penguncian. Kemudian teruskan genggaman tangan berjalan hingga turun dan lepas di depan paha, lalu bukalah genggaman itu. Lakukan gerakan ini sampai 7 kali.



2. Pengisian 2.
   Gerakannya sama dengan pengisian 1. Gunakan nafas segi empat dan nafas dada. Tetapi dalam pengisian 2 ini, Anda harus menarik nafas dari hidung sejak tangan mulai bergerak turun hingga sampai di Cakra Jantung. Di Cakra Jantung Anda menahan nafas dan melakukan gerakan seperti sedang menempatkan energi dan menguncinya, terus bergerak turun dalam keadaan menahan nafas hingga tangan sampai di depan paha dan membuka genggaman. Saat membuka genggaman

itulah Anda hembuskan nafas dari hidung hingga hampa.

2. Jurus Pengisian 3.
   Gerakannya sama. Namun di sini Anda harus menarik nafas sejak gerakan tangan dari atas, saat penguncian di dada hingga genggaman sampai di depan paha. Saat Anda membuka genggaman tangan, saat itulah Anda menghembuskan nafas hampa.

Tenaga Dalam yang Anda himpun, akan membuat diri Anda siap dalam kondis apapun. Suatu saat jika Anda mengininkan, Anda bisa menggunakannya, misalnya menghadapi orang yang kalap, mendapat serangan dan sebagainya.



MENGANTARKAN PADA TUJUAN MENARIK SEMUA HARAPAN

"Ya Allah, Engkaulah yang menjadi tujuan kami, dan ridha Engkaulah yang kami cari."

Pada akhirnya kita dapat menyimpulkan dan kita harus mengatakan, bahwa bashirah adalah karunia Allah yang tidak boleh kita sia-siakan. Bashirah menentukan kualitas hidup manusia, mengarahkan keberhasilan manusia, mengantarkan manusia meraih keberhasilan berlipat-lipat. Bashirah adalah modal utama untuk menjadi orang sukses yang menyandang gelar Khalifah Allah di muka bumi, sebagaimana yang dikehendaki Allah.

Dengan selalu **channelling** kepada Allah, Anda bisa mempergunakan bashirah untuk apa saja. Untuk memenuhi hajat hidup sendiri maupun membantu atau menolong orang lain. Setelah Anda istiqamah menjadikan teknologi Bashirah sebagai amalan rutin, Anda akan mudah menggunakannya untuk berbagai keperluan. Anda cukup inisasi, channeling dan visualisasi. Berikut ini adalah contoh-contoh yang bisa Anda kembangkan sendiri.

Menyuburkan tanaman dan menjauhkan hama

Tanaman adalah juga makhluk Allah. Dia sangat memerlukan perhatian dan kasih sayang dari Anda. Jika Anda meperhatikannya, maka dia akan memberikan kebaikan kepada Anda. Jika Anda mengabaikannya, maka dia tidak akan memberikan kebaikan kepada Anda. Berikan sanjungan dan berikan sugesti, karena dia juga makhluk yang punya roh yang berbeda dengan roh manusia. Anda bisa membuatnya hidup subur, dengan:

1. Relaksasi dan pernafasan.
2. Channelling dan inisiasi.
3. Visualisasikan Anda sangat memperhatikan tanaman

itu sambil terus menzikirkan Asmaul Husna "Ya Jawwad." Sayangi dan perhatikan tanakam seperti Anda sedang memeperhatikan sesuatu yang sangat Anda sayangi. Gambarkan tanaman itu benar tumbuh subur, hijau daunnya dan buahnya sangat lebat. Anda tambahkan visualisasi membuang hama. Gambarkan hama itu berterbangan lalu digulung habis oleh kabut putih.

Menjaga keamanan rumah

Usaha lahiriah adalah sebuah keharusan dan keniscayaan yang tidak boleh ditinggalkan. Kalau rumah Anda mau aman, tidak mudah dimasuki penjahat, tidak tertimpa kebakaran, dan sebagainya, Anda harus melengkapinya dengan berbagai pengamanan. Sungguhpun banyak orang yang sudah melengkapi rumah atau harta bendanya dengan berbagai pengamanan, toh nyatanya tidak sedikit yang disatroni penjahat. Sungguh pun peralatan yang berteknologi tinggi telah dipasang untuk mengintai dan menjebak perampok, toh nyatanya perampoknya tetap nekat.

Akhir-akhir ini banyak terjadi kejahatan, tidak saja di tempat sepi, tapi justru di tengah keramaian, misalnya di supermarket, toko emas, bank dan rumah-rumah yang dijaga oleh satpam. Karena itu, usaha pengamanan lahiriah memang perlu ditingkatkan, tetapi tidak kalah pentingnya adalah usaha pengamanan secara rohaniah.

Pengamanan rohaniah maksudnya adalah usaha mengamankan sesuatu dengan energi Ilahiah dan energi alam semesta yang dilakukan dengan teknologi bashirah.

Energi ilahiah dan energi alam semesta akan mengantarkan vibrasi yang langsung bersentuhan dengan roh dan perasaan siapa dan apa saja yang hendak melakukan kejahatan.

Dengan teknologi bashirah, kita menjaga keamaman rumah atau harta benda dari niat atau perasaan orang yang ingin melakukan kejahatan. Dengan teknologi bashirah, orang yang berniat jahat bisa tergetarkan oleh energi vibrasi bashirah sehingga merasa wasa-was, takut atau bingung tidak berdaya, lalu mengurungkan niatnya.

Untuk pengamanan, lakukan!

1. Relaksasi dan pernafasan.
2. Channelling dan inisiasi.
3. Visualisasikan Anda memberikan pengamanan seperti membentenginya dengan tembok yang dikelilingi kawat berduri sambil terus menzikirkan Asmaul Husna **"Ya Hafizh"** (Yang Maka Memelihara). Anda juga memvisualisaikannya sambil memutari rumah atau harta benda sekaligus membuat garis yang tidak bisa ditembus oleh orang jahat.

   Anda juga bisa mencukupkan dengan visialisasi sambil memegang bendanya, atau cukup dengan membayangkan diri Anda yang mengelilingi rumah.

Menangani orang kesurupan/depresi

Sekarang ini hampir dipastikan, semua orang mengalami stres. Bedanya, ada orang yang pandai mengelola stres, lalu dengan stres itu justru terbangkitkan bashirahnya dan akhirnya menjadi orang sukses. Tetapi tidak sedikit orang yang gagal mengelola stres, dan akibatnya jatuh sakit.

Kalau tingkat stresnya masih kecil, mungkin tidak mengganggu orang lain, tetapi kalau sudah tingkat tinggi, akan menyusahkan orang lain. Ada yang depresi hilang akalnya, lalu bunuh diri. Ada yang tidak stabil jiwanya, lalu meraung-raung seperti orang kesurupan.

Fenomena kesurupan yang menimpa anak-anak sekolah sebenarnya bisa kita baca dari kondisi yang ada. Sebenarnya mereka itu stres karena takut tidak bisa mengikuti pelajaran atau takut tidak bisa lulus. Anda tidak boleh langsung percaya bahwa mereka kerasukan setan atau roh jahat. Tetapi apa pun yang dialami mereka, Anda harus ambil tindakan. Lakukan!

1. Relaksasi dan pernafasan.
2. Channelling dan inisiasi.
3. Pegang tengkuk, turun ke bawahnya, lalu punggung tengah dan terus turun ke bawah sambil memvisualisasikan tangan Anda mengalirkan cahaya putih bersinar mengusir cahaya merah. Tekan agak lama bagian punggung yang bertepatan dengan Cakra Jantung. Terus gambarkan demikian sampai warna merah itu lenyap dan bersih. Kemudian pegang pula Cakra Ajnanya (jidatnya) dan berikan aliran energi yang menyejukkan. Saat Anda bervisualisasi, Anda harus tetap menzikirkan Asmaul Husna "Ya Salam" (Yang Maha Menyelamatkan/Yang Maha Mendamaikan).



Menumbuhkan dan menyuburkan cinta

Cinta bukanlah milik anak muda. Sungguh pun anak muda identik dengan cinta, toh nyatanya banyak yang muda sengsara karena cinta. Satu tahun yang lalu menikah, di Makkah lagi nikahnya, e... tahu-tahu kemarin bubaran cerai. Cinta milik kita semua. Tidak boleh ketinggalan, orang tua pun harus tetap bergelora cintanya. Jangan karena usia sudah lanjut, lalu cinta pun ikut menyusut. Seharusnya semakin tua, cinta itu semakin menjadi-jadi, lalu bermetamorfose menjadi kasih dan sayang.

Cinta sesungguhnya sangat berhubungan dengan masalah gaib, masalah roh, jiwa dan akal. Sungguh sangat salah, kalau kita mengandalkan cinta hanya dengan penampilan fisik dan keterpenuhinya materi. Yang gaib hanya bisa diperkuat dengan energi gaib. Dan energi gaib adalah energi Allah dan alam semesta. Karena itu, Anda yang ingin mengekalkan cinta, menumbukan dan menyuburkan cinta, Anda jalankan teknologi bashirah ini!

1. Relaksasi dan pernafasan.
2. Meditasi pernafasan.
3. Channelling dan inisiasi.
4. Visualisasikan Anda sangat menyintai dia. Gambarkan Anda sedang mengirimkan energi cinta dalam bentuk cahaya putih dan masuk ke dalam Cakra Jantung si dia. Kemudian cahaya itu merayap ke seluruh tubuhnya. Katakan kepada cahaya yang telah menyatu dengan diri si dia: "Sayang, cintai aku sepenuh hati". Ulangi kata-kata itu sambil menzikirkan Asmaul Husna "Ya Wadud" (Yang Maha Menyintai).

Mencari barang yang hilang

Jangan Anda kira barang-barang Anda tidak punya hubungan rohani dengan Anda. Jika Anda menyayangi barang itu dan Anda memperlakukannya dengan baik, maka dia juga akan sayang kepada Anda. Jika barang tersebut lepas dari Anda, sangat mudah untuk diketemukan kembali. Sebab di antara Anda dan barang Anda ada energi yang saling menarik. Tetapi jika barang tersebut sudah tidak punya hubungan rohani lagi besama Anda, karena Anda mengabaikannya, maka barang tersbut jika lepas dari Anda akan sulit diketemukan. Karena antara Anda dan barang yang lepas sudah putus hubungan, tidak ada lagi energi yang bisa saling menarik.

Hal yang sama berlaku bagi manusia. Di antara Anda dan orang yang hilang, atau orang yang sedang Anda cari harus ada hubungan masih saling menyukai dan tidak benci. Kalau salah satunya tidak suka atau ada kebencian, maka akan sulit bisa diketemukan. Contohnya adalah Nabi Adam dan Siti Hawa, walaupun sudah sekian lama berpisah, tetapi karena ada cinta, maka bashirahnya mengantarkan diri mereka untuk bergerak menuju ke satu tempat di Arafah, dan di tempat itu terjadilah pertemuan.

Antara Anda dengan orang yang ada di sekitar Anda juga punya hubungan rohani. Jika Anda berbuat baik dan menyayangi orang-orang yang ada di sekitar Anda, maka jika mereka pergi jauh atau hilang dari Anda, Anda tidak akan mengalami kesulitan untuk menemukannya. Untuk menemukan yang hilang, jalankan teknologi bashirah, nanti sistem yang akan bekerja.

1. Relaksasi dan pernafasan.

2. Meditasi pernafasan.
2. Channelling dan inisiasi.
3. Visualisasikan Anda sangat menyayangi barang yang hilang dan Anda ingin memperlakukannya lebih baik lagi. Gambarkan Anda seperti menarik barang itu ada di sebuah tempat sehingga menjadi sangat nyata ada di depan Anda. Sambil visualisasi, zikirkan Asmaul Husan **"Ya Mu'id"** (Yang Maha Mengembalikan).

Lima hal yang saya sebutkan hanyalah sebagai contoh penggunaan teknologi bashirah. Anda bisa menggunakan untuk apa saja sesuai dengan masalah atau kebutuhan Anda. Perlu Anda ketahui, bahwa visualisasi di sini ada 2 macam. Yaitu visualisasi menyerap energi sebagai satu tindakan yang mutlak. Dan yang kedua adalah visualisasi penggunaaan energi. Anda bisa melakukannya sambil menggerakkan tangan seperti sedang berhadapan dengan apa yang Anda maksud.

Untuk kesempurnaan zikir yang sesuai dengan tujuan, Anda dapat mengunduh software Quantum Zikir di:
www.almawardiprima.co.id/download/quantumzikir.zip.

Install di komputer Anda.
Anda bisa memanfaatkan software ini
untuk menemukan zikir Asmaul Husna sesuai dengan tujuan Anda.

Akhirnya, saya bersyukur kepada Allah dengan mengucapkan "Alhamdu Lillah." Semoga Allah memberkahi kita semua. Kiranya Allah menjadikan

karya ini sebagai sebuah vitamin atau suplemen yang membangkitkan kekuatan untuk meraih sukses. Yakni sukes sebagai Khalifah Allah di muka bumi.

***

Para pembaca yang ingin merasakan hasil maksimal sekaligus bisa merasakan manfaatnya secara langsung, Penulis menyediakan kesempatan untuk mengikuti pelatihan:

ZIKIKR MEMBANGKITKAN KEKUATAN BASHIRAH

(dilaksanakan secara private maupun kelompok)

Daftar Pustaka

- Validuddun Mir, Dr, Zikir dan Kontemplasi Dalam Tasawwuf, Pustaka Hidayah, Bandung cetakan ke-6, Oktober 2000.
- Ibrahim, Prof. Dr. Ahmad Syauqi Misteri Potensi Gaib Manusia, Qisthi Press Jakarta, cetakan 1 Maret 2012.
- M. Mujieb, Ahmad Ismail, Syafiah, Ensiklopedi Tasawuf Imam Al-Ghazali, Penerbit Hikmah Jakarta, cetakan pertama September 2009.
- Ian G. Barbour, Juru Bicara Tuhan Antara Sains dan Agama, Penerbit Mizan Bnadung, cetakan Agustus 2002.
- Rondha Byrn, The Secret - Mukjizat Berpikir Positif, Penerbit PT. Gramedia Jakarta, cetakan ketiga, Mei 2007.
- Muriel Mac Flance, Energi Supranatural, Dahara Prize Semarang, cetakan kesatu Januari 2012.
- Aman, Saifuddin, Quantum Zikir Teknik Menghadirkan Keajaiban, Penerbit Al-Mawardi Jakarta, cetakan Februari 2008.
- Aman, Saifuddin, Mukjizat Asmaul Uzma, Penerbit Al-Mawardi Prima Jakarta, cetakan ketiga Juni 2009.
- Adam Kho & Stuart Tan, Master Your Mind Desgn Your Destiny, penerbit Indeks Kelompok Gramedia Jakarta, 2005.
- Taylor, Sandra Anne, Quantum Succes, Penerbit Andi Yogyakarta, cetakan 2008.
- Al-Abthahy, Sayyid Hasan, Alam Arwah, PT. Lentera Basritama Jakarta, cetakan ke-3 Nopember 1997.
- Al-Ghushan, Abdullah bin Shaleh, Asmaullah Al-Husna, Dar Al-Wathan Riyadh, 1417 H.
- Al-Munjid Fi Al-Lughah wa Al-A'lam, Dar Al-Masyriq Beirut, Cetakan 28.

- John M. Echolas dan Hassan Shadily, Kamus Ingris Indonesia, PT Gramedia Pustaka Utama Jakarta, cetakan XXIII Desember 1996.
- Muhammad Yunus, Prof, Kamus Arab Indonesia, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Pentafsir Al-Qur'an, Jakarta.
- Depdiknas, Pusat Pembinaan Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Balai Pustaka, Edisi Kedua, cetakan keempat, 1995.
- Al-Fakhrur Razi, Al-Tafsir Al-Kabiir, Dar Ihya Al-Turats Al-Arabi. Beirut.
- Effendi, Irmasnsyah, MSc, Kundalini, Gramedia Jakarta, cetakan ke-12 Agustus 2011.
- Ekokaf, Dahsyatnya Indra Keenam, Transmedia Jakarta, cetakan ke-3 2010.
- Mustofa, Agus, Energi Zikir Alam Bawah Sadar, Padma Press Surabaya, cetakan Desember 2011.
- www.kaheel7.com
- http://www.btalah.com
- http://www.elsmt.com
- http://id.wikipedia.org
- http://mansourabbadi.maktoobblog.com
- http://www.neelwafurat.com
- http://www.alrawdah1.com
- http://www.nationalkuwait.com
- http://www.alashwan.net
- http://www.almaany.com
- http://sharejapan.org.id

TENTANG PENULIS

H. Saifuddin Aman, lahir di Demak Jawa Tengah, Indonesia, tanggal 4 Nopember 1962. Dibesarkan di kalangan Pesantren, kuliah di LIPIA Jakarta, dan pernah belajar di Arab Saudi. Menikah dengan Hj. Rusmiyati, dan dikaruniai 2 anak, yaitu Fieq Faiq dan Asyrof Al-Aulia.

Sekarang mengasuh Majlis Zikir Subuh Jum'at di Masjid Jami' Al-Ihsan Kebayoran Baru Jakarta. Pendiri Yayasan Pendidikan Islam Amal Ihsan Modern Islamic College di Kebayoran Baru Jakarta; Pembina Yayasan Husnul Khatimah; Sekretaris Dewan Pimpinan Pusat Al-Ittidiyah; Anggota Dewan Mustasyar WASILAH SUBUH Jakarta; Direktur Keuangan PT. Al-Mawardi Prima. Pimipinan produksi dan editorial PT. Al-Mawardi Prima Jakarta. Trainer Pengembangan Diri dan Muballigh di Indonesia. Mengisi kajian Islam di Kedutaan Besar Malaysia Jakarta.

Hobbi menulis dan berorganisasi sudah tumbuh sejak sekolah di Perguruan Islam Mathali'ul Falah Kajen Margoyoso Pati Jawa Tengah di bawah bimbingan KHMA Sahal Mahfudl, Direktur Perguruan dan Pengasuh Pondok Pesantren Maslakul Huda.

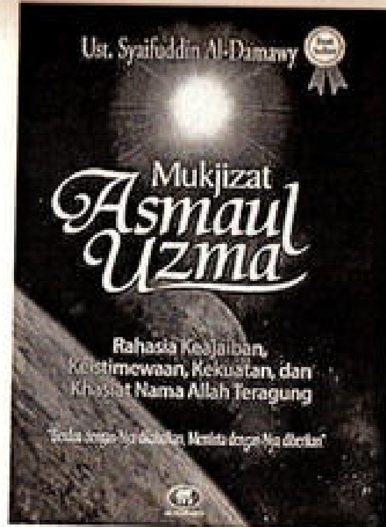
Hobbi membaca dan menulis itulah yang membuatnya bergairah mencari pengalaman baru dan terus belajar tanpa henti. Kini bergabung dengan The Indonesian Board of Hypnotherapy (IBH), mendalami kajian spiritual, metafisik dan healing. Dakwah dan membantu orang lain (sesuai dengan kemampuan) adalah dua hal yang sangat disukainya. Banyak menerjemahkan buku, di antaranya: "Membedah Peradaban Islam," "Tafsir Mimpi dan Bunga

Mimpi", "Kitab Tawwabin", dan "Qiyamul Lail".

Buku-buku karya tulis yang sudah beredar di antaranya:

1. "Membangun Masyarakat Madani",
2. "Kenali Musuh Anda".
3. "Mengais Berkah Menepis Fitnah".
4. "Zikir dan Do'a Rasulullah".
5. "Menagih Janji Tuhan".
6. "Nikmatnya Berumah Tangga".
7. "Ada Apa Dengan Wanita:
8. "Delapan Pesan Lukman Al-Hakim"
9. "Mukjizat Asmaul Uzma"
10. "Quantum Zikir Teknik Menghadirkan Keajaiban"
11. "Keistimewaan Ayat Kursi"
12. "Jalan Tuhan Menjadi Kaya"
13. "Mengungkap Rahasia Sujud"
14. "7 Keajaiban Wanita."
15. "Meraih 99 Rahmat Allah"
16. "7 Kalimat Keberuntungan"
17. "Jum'at Hari Bertabur Kebajikan"
18. "Amplop Rezeki"
19. "Belajar Islam Bersama Ayah dan Bunda"
20. "Iqro' For Kids"
21. "Asmul Husna Doa Para Kekasih Allah"
22. "Asmaul Husna Perjalan Ruhani Menyatukan Hati Dengan Allah"
23. "Kisah-kisah Indah dari hadits Rasulullah"
24. "Keistimewaan Wanita"
25. "Karamah Ibu Mengagumkan."
26. "Zikir Membangkitkan Kekuatan Bashirah."

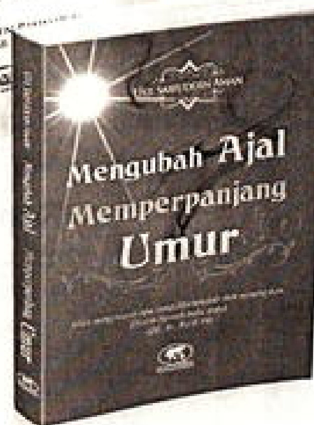












"Bahkan setiap manusia itu atas dirinya ada bashirah"
(QS. Al-Qiyamah/75: 14)

"Inilah jalanku, aku dan orang-orang yang mengikutiku mengajak kepada Allah dengan bashirah. Maha suci Allah, dan aku bukanlah termasuk orang-orang yang musyrik"
(QS. Yusuf/12: 108)

"Sesungguhnya telah datang dari Tuhanmu bashirah. Barangsiapa yang menggunakan bashirah, dia akan mendapatkan manfaat untuk dirinya. Dan barangsiapa yang buta bashirahnya, dia akan mendapatkan mudharat bagi dirinya"
(QS. Al-An'am/6: 104)

Kontak Penulis
untuk konsultasi spiritual
dan healing ke alamat penerbit
email: saifuddinaman@gamail.co

"Bashirah" adalah karunia tercanggih bagi manusia. Makna bashirah terlalu panjang dan sangat dalam untuk diuraikan. Tetapi Anda bisa menelaah apa yang dikatakan oleh para ulama. Ibnu Ajibah dalam tafsirnya mengatakan: "Jika cahaya bashirah memancar, maka semua yang ada di alam ini bisa diakses, dan tidak ada hijab kecuali bisa ditembus." Sayyid Qutub dalam tafsirnya mengatakan: "Jika bashirah terbuka, maka yang tertutup akan menjadi jelas dan semesta bisa terlihat nyata sepanjang mata memandang." Imam Al-Qusyairi dalam tafsirnya mengatakan: "Bashirah, pemiliknya akan dikawal dengan hidayah secara lahiriah, dibukakan mata batinnya bisa melihat hakikat yang tersembunyi."

Yang pasti, "bashirah" merupakan media paling menentukan bagi manusia. Orang yang terbuka bashirahnya, dia bisa langsung channelling kepada Allah. Dia bisa mengakses alam nyata dan alam gaib. Dia bisa menariknya menjadi kekuatan dan menjadikannya sebagai sumber rezeki yang berkelimpahan. Dia bisa melakukan apa yang tidak bisa dilakukan oleh banyak orang.

Buku ini memandu Anda untuk memberdayakan bashirah guna meraih sukses, memetik keberhasilan satu demi satu, mendatangkan keberuntungan yang sambung-menyambung, dan mengantarkan Anda pada tujuan dan harapan.

Dengan "teknologi bashirah", Anda akan memiliki banyak kemampuan, di antaranya:

Makrifat kepada Allah dan cinta kepada-Nya.
Spiritual yang tinggi, karismatik dan bijaksana.
Pengetahuan metafisika atau supranatural.
Menyembuhkan diri sendiri dan orang lain.
Menjaga diri dan mengamankan barang/kekayaan.
Dan lain sebagainya.

Penerbit
Ruhama


9 786029 898248